

社会情報学

第13巻2号 2024

【原著論文】

コロナ禍を経験した大学生の精神的健康とSNS使用状況に関する量的・質的検討

福沢 愛・叶 少瑜

ゲーム没入感尺度（GEQ）の哲学的分析：

フロー概念再考

曾我千亜紀・山本晃輔・ムナンジュリアン・ドゥプラドヤニック



社会情報学 第13巻2号 2024

目 次

【原著論文】

コロナ禍を経験した大学生の精神的健康とSNS使用状況に関する量的・質的検討

福 沢 愛・叶 少 瑜…… 1

ゲーム没入感尺度（GEQ）の哲学的分析：

フロー概念再考

曾我千亜紀・山 本 晃 輔・ムナン ジュリアン・ドゥプラド ヤニック…… 19

原著論文

コロナ禍を経験した大学生の精神的健康と SNS使用状況に関する量的・質的検討

Quantitative and Qualitative Examination of the Relationship between
University Students' Mental Health and Social Media Use During the
COVID-19 Pandemic

キーワード：

幸福感, 孤独感, 社会的スキル, Twitter, Instagram

keyword：

Subjective well-being, Loneliness, Social skill, Twitter, Instagram

武蔵野大学 福 沢 愛
Musashino University Ai FUKUZAWA

筑波大学 叶 少 瑜
University of Tsukuba Shaoyu YE

要 約

コロナ禍における大学生を対象に、Twitter、Instagram等の利用がいかに精神的健康と関連するかについて、量的・質的アプローチから、学年ごとの違いにも注目して検討した。精神的健康の指標として、幸福感と孤独感を扱った。2022年8月～9月に実施したウェブ調査に回答した大学生408名の量的データを分析した結果、2年生では、Twitterで大学での友人とつながりを持つことが高い幸福感と低い孤独感に結びつき、またInstagramで投稿することが、低い孤独感に結びついていた。3年生では、Twitterで投稿、閲覧をすることが低い幸福感に結びついていた。ウェブ調査に回答した大学生のうち23名を対象に、2022年10月～2023年2月に半構造化インタビューを行った結果、学年に関わらず、現実での対人関係を補強する形でTwitterを利用する者は、高い幸福感と低い孤独感という適応的な精神的健康のパターンを示していた。また、オンラインの友人とのみコミュニケーションを取る者は精神的

原稿受付：2023年11月28日

掲載決定：2024年9月21日

健康状態が適応的ではない傾向が見られたが、合わない意見を避けるという自己防衛により、少なくとも調査当時の精神的健康を保つ者も見られた。更に、社会的スキルが低い高学年では、SNSで無理にネットワークを広げず少数の友人と付き合う者が、少なくとも調査当時の精神的健康状態は適応的であった。ただしそうした者たちも1, 2年次にはTwitterでネットワークを広げようと試みていたという語りが見られた。本研究の結果から、コロナ禍を経験した1, 2年生には、SNSをきっかけとした、現実の友人を増やすような機会作りが、現実での人間関係を補強し精神的健康に結びつくことが示唆された。

Abstract

This study examined the relationship between university students' SNS (Twitter, Instagram) usage and mental health from both quantitative and qualitative approach during the COVID-19 pandemic, focusing on differences by grades. Subjective well-being (SWB) and loneliness were measured as the indicators of mental health. Analysis of quantitative data from 408 university students who responded to an online survey conducted between August and September 2022 revealed that connecting with university friends on Twitter led to higher levels of SWB and lower levels of loneliness, and posting on Instagram led to lower levels of loneliness among second-year students. For third-year students, posting and browsing on Twitter led to lower levels of SWB. In addition, semi-structured interviews were conducted between October 2022 and February 2023 with 23 of the university students who answered the online survey. The results showed that those who used Twitter in a way that reinforced their interpersonal relationships in real life exhibited adaptive mental health, regardless of their grading years. However, those who communicated only with online friends tended to be less adaptive in their mental health, but some maintained at least their current mental health through self-protection by avoiding opinions with which they disagreed. Furthermore, those in the higher grades with lower levels of social skills who did not force themselves to explore their networks on Twitter and who hung out with a small number of friends tended to maintain their mental health, at least at that point the survey was conducted. However, some of these students still attempted to explore their networks through Twitter postings in their first and second years. The results suggest that, under conditions of the COVID-19 pandemic, creating opportunities for first- and second- year students to increase their real-life friends through social media might be able to reinforce their real-life relationships and lead to a good mental health.

1 はじめに

大学入学時の適応には学業面だけではなく対人関係面も重要であり、入学直後の社会的ネットワークの構築は、その後の大学生活への適応にも影響すると指摘されている（内田・黒沢, 2021）。対面での人間関係において、社会的ネットワークの量や質が、精神的健康と結びつくことがこれまでの先行研究で知られている。しかし、新型コロナウイルス感染症が流行した期間（以降「コロナ禍」）、人々は一時的に、対面での社会的ネットワークを維持または増大させることが難しくなった。特に学生の対人関係への影響が大きく、2020年10月～11月の調査では、友だちができない（いない）ことの悩みが、コロナ禍前よりも特に大学1年生で大きく増加した（全国大学生活協同組合連合会, 2021）。2021年に大学生を対象に行われた調査では、スマートフォン使用時間について、7時間以上という回答が最も多く27.0%であった（大学生広告ナビ, 2023）。2022年にはこの割合が8%以上減少していることから、特にコロナ禍の規制の強かった2020年や2021年には、対面での接触が減ったため、SNSを使用する機会が増えたと言える。こうした時期のSNSによるコミュニケーションは、ユーザーの精神的健康にも影響しやすかったと考えられる。本研究ではコロナ禍中盤といえる2022年に大学生を対象に調査を行い、コロナ禍始まりの年に入学した学年（3年生）、同年には大学生であった学年（4年生）、同年には高校生であった学年（1, 2年生）において、対面でのコミュニケーションが制約された状況下でのSNS利用と精神的健康の関係を究明する。

対面での社会的ネットワークが精神的健康と結びつくことは、これまでに一貫した知見として見られている。特に、親しい友人の人数といった社会的ネットワークの量、現在の人間関係への満足度といった社会的ネットワークの質が、人生満足度や幸福感、生きがいなど複数の精神的健康の指標と正

の関連を持つことが示されている（青木, 2015；藤本ほか, 2004；小島・加藤, 2017；Pinquart & Sorensen, 2000）。

SNS使用と精神的健康との関連に関しては、これまで一致しない知見が見られてきた。SNSの使用が低い精神的健康と結びつくことを示した研究では、SNSの使用は優れた他者との社会的比較につながりやすく、抑うつ傾向の高さや低い友人関係満足度などに結びつくことが指摘されている（Steers, Wickham, & Acitelli, 2014；叶, 2019；高比良, 2009）。一方で、SNS使用が肯定的帰結に結びつくことを示した研究としては、SNSの使用によって弱い紐帯が増加し、高いSubjective well-being（以下SWB）と結びつくことを指摘する研究もある（Kim & Kim, 2017）。SWBとは、人生満足度などの認知的側面と、ポジティブ／ネガティブ感情などの情動的側面を含む精神的健康指標の一つである。

SNS使用が精神的健康に結びつくか否かを決める要因の一つとして、第一に、対面でのコミュニケーションを阻害する要因が挙げられている。精神疾患を持つ調査協力者で、SNSの積極的利用の度合いがコミュニティへの参加頻度と結びつくこと（Brusilovskiy et al., 2016）、日常的にストレスを感じている人たちの間で、Facebook上の友人数がソーシャルサポートの実感を経てSWBに結びつくこと（Nabi, Prestin, & So, 2013）などが示されている。対面でのコミュニケーションを取りにくくする要因を持つ人たちの間で、オンラインによるコミュニケーションが肯定的帰結に結びつく可能性を示唆する知見と考えられる。

第二に、能動性という要因である。Verduynら（2017）のレビューでは、他者の投稿内容閲覧するなどの受動的なSNSの使用はSWBと負の関連が見られるが、文章や写真の投稿、リンクの共有など能動的なSNSの使用はSWBと正の関連を持つ傾向が示された。同レビューでは、SNSの受動的な閲覧は社会的比較や嫉妬心と結びつくためSWBを下げるが、能動的な投稿は、社会関係

資本の増加や社会とのつながりの認識に結びつきやすいため、結果的に高いSWBと結びつく指摘されている。

第三に、SNSを使用する期間の長さである。ソーシャルメディア・パラドクスを日本で検証した河井（2014）において、SNSの新規利用者ではSNSの投稿頻度が高いほど友人関係満足度が高くなる傾向があるが、利用者全体では、投稿頻度が高いほど精神的健康が悪化することが示されている。こうした結果は、新規利用者においてはSNSへの投稿が一時的に友人関係を促進するが、SNSに頻繁に投稿する期間が長期に渡ると精神的健康が悪化する、と考察されている。

上記の3点を鑑みると、対面でのネットワーク構築が制限されていたコロナ禍で入学、進学した大学生においては、入学直後などの短期間であれば、SNSへの投稿は精神的健康に肯定的帰結をもたらす可能性があると考えられる。Ye & Ho（2023）では、2019年調査の知見と異なり、2020年6月中旬に実施した調査では、人々はTwitterからも社会的サポートを得る傾向が見られ、Twitterからの社会的サポートは10%水準であったが幸福感の向上に結びついていた。ただしこのYe & Ho（2023）の2020年の調査では、Twitterでのネットワークへの満足度は幸福感を低下させる傾向も示されており、特にコロナ禍ではSNS利用と精神的健康の関連は複雑であり、様々な媒介要因が関わりと考えられる。

本研究では、量的、質的両方の観点から、SNS利用と精神的健康の関連と、その関連の強さに影響する要因について検討を行う。SNS利用と精神的健康の関連の強さに影響し得る要因として、本研究ではパーソナリティ要因（社会的スキル、社会的寛容性）、SNS使用状況、そして学年を扱い、調査時の情勢についても併せて考察する。大学生の対人関係の流動性は学年によって異なると指摘されている（Sato & Yuki, 2014）。SNS利用と幸福感の関連パターンに関しても、2021年当時の

1年生のLINE使用時間は1年後の幸福感を低下させるが、幸福感の低い3年生はTwitterの使用時間を増加させたことが示されるなど、学年による違いが指摘されている（Ye & Ho, 2024）。

2020年に全国で行われた調査（全国大学生生活協同組合連合会, 2021）では、1年生で大学生活に「満足している」「まあ満足している」と答えた割合が前年の1年生と比べて32.8%下降しており、平均14.6%の下降であった他の学年に比べ、2020年度入学者はコロナ禍の影響を色濃く受けたと言われている。コロナ禍による影響の受け方は学年によって異なるため、コロナ禍におけるSNS利用状況と精神的健康との関連も、学年によって異なる可能性がある。コロナ禍におけるSNS使用と精神的健康の関係は一元的ではなく、多様性を呈する可能性があるが、これまで学年別に対人関係や精神的健康について検討した研究は少ない。そこで本研究ではコロナ禍におけるSNS利用状況と精神的健康の関連に関して、学年別に、量的、質的双方の観点から検討を行う。量的・質的双方の調査を行い両者の知見を統合することで、事象について詳細な解釈ができると指摘されている（e.g., 亀井, 2021）。そのため本研究では量的、質的調査双方のメリットを活かしたアプローチにより検討を行う。

コロナ禍以前から大学生の間では、Twitter上で「春から〇〇大学」といったハッシュタグをつけ、SNSで友人作りをしようとする動きがみられていた。前述した先行研究（河井, 2014；Verduyn et al., 2017）を鑑みると、「春から〇〇大学」のハッシュタグのように友人作りをするための能動的なSNSへの投稿は、特に入学後しばらくは、精神的健康に悪影響は及ぼさないと予測される。このような入学直後の時期の、SNSをきっかけとした社会的ネットワークの拡張が、精神的健康とも深く関連する可能性がある。一方で、長期的なSNS利用が精神的健康を阻害する可能性が指摘されているように（河井, 2014）、高学年が

SNSを使い続けることは、精神的健康にはつながらない可能性も考えられる。本研究は探索的に学年別の比較を行うことで、コロナ禍においてどのようなSNS利用が大学生の精神的健康を保つ上で効果的かの検証を行う。

本研究では、SNS利用と精神的健康に関する研究(e.g., 桂・坂元, 2015; Kim et al., 2017)で頻繁に使用される指標のうち、精神的健康の肯定的側面である幸福感と、否定的側面である孤独感を扱う。精神的健康状態には、快楽的(hedonic)な側面と、人生の意味に関する(eudaimonic)側面とがあることが知られており(Ryan & Deci, 2000)、幸福感は快楽的な側面として、国内外の精神的健康に関する多くの研究で指標とされてきた。高い幸福感は後の健康状態、キャリア形成、良好な対人関係を予測することが縦断的調査でも知られており(Lyubomirsky, King, & Diener, 2005)、大学生の精神的健康の指標としてふさわしいと考えられる。また孤独感は、大学生の退学意図とも関連する重要な精神的健康の指標であると指摘されている(Ekornes, 2022)。従って、この2つは大学生の精神的健康状態を検討する指標として適していると考えられる。

SNSには様々な種類があるが、本研究では、20代ではLINEに次いで利用率が高いTwitterとInstagram(総務省情報通信政策研究所, 2023)に着目する。パーソナリティ要因としては、社会的スキルと社会的寛容性を扱う。社会的スキルは大学生が円滑な友人関係を築き維持するために重要な個人差要因であり(永井, 2018)、孤独感などの精神的健康と関連を持つことが知られている(諸井, 1992)。社会的寛容性が高い者は、不快なツイートを見た時にネガティブ感情を生起しにくいことが知られており(平井・叶, 2019)、SNS上での情動や行動と関連が強いパーソナリティ要因であると考えられる。

2 研究方法

2.1 ウェブ調査

2.1.1 対象者

2022年8月～9月に、関東地域の複数の大学に所属する大学生を対象に調査を実施した。調査対象者は関東地域の国立・私立大学に所属する学生であり、偏差値55～67.5の国立大学、および偏差値44～55の複数の私立大学に属していた。回答のあった418名のうち、欠損のない408名(男性195名・女性213名・平均年齢20.34歳・ $SD=1.37$)を分析対象とした。調査実施の際にはリアルタイム評価支援システム(REAS)を用いてウェブ調査票を作成し、メーリングリストやメールを用い、かつて第二著者のほかの調査に参加した人などに対して募集をかけた。

2.1.2 ウェブ調査の項目

精神的健康：幸福感は、伊藤ら(2003)の主観的幸福感尺度15項目(「自分の人生が面白いと思う」など)を用いて測定した。孤独感は、諸井(1992)の20項目(「私は、人とのつきあいがな

い」など)を用いて測定した。

SNS利用：Twitter, Instagramそれぞれについて、「あなたはどのような内容を以下のSNS(タイムライン等も含む)に投稿していますか」と尋ね、「共通趣味」「友人や自分の充実した生活」「写真や動画」「友人同士のリプライ等のやりとり」「日常の友人関係」「レポートや成績」「就職活動に関する情報」「投稿しない(閲覧のみ)」の中から複数回答で回答してもらった。Instagramに関しては、有名人等や友人・知人の投稿を閲覧する他、友人・知人とのコミュニケーションといった利用方法が主であるため、オンラインのみでの友人とやり取りをするという使い方はほとんど行われていない(マイボイスコム株式会社, 2019)。しかし、Twitterに関しては複数のアカウントを持つ者が多く、またオンラインのみでのつながりを持

つ者もいると考えられたため、「最も使用しているTwitterアカウント（最大3つまで）それぞれについてのフォロワーとの関係」について、「大学入学後の知人・友人」「大学入学前からの知人・友人」「オンライン上での知人・友人」の中から複数回答で回答してもらった。

個人差変数:社会的スキルは、島本・石井(2006)が作成した質問項目から対人スキルを測定する12項目を使用して測定した。社会的寛容性は、小林・池田(2008)を参考に、本調査実施当時の社会情勢を反映した内容で測定した。具体的には、政治や社会の在り方、国内外の社会問題、ウクライナ問題、インフレ(物価上昇)、生活習慣それぞれについて、家族、友人、先輩、その他の人それぞれと、どの程度意見が同じほうが良いと思うかを計20項目で尋ね、「1=意見は同じほうがよい」～「4=意見は違っていてもよい」で測定した。更に、2020年春学期から2022年春学期にかけて、オンラインの授業(オンデマンド・リアルタイム)に出席していたか、対面の授業に出席していたのかについても尋ねた。

2.2 インタビュー調査

2.2.1 対象者

上記のウェブ調査の最後に「本研究と関連するインタビュー調査に参加できますか」という項目を設け、「はい、参加できます」を選んだ学生にコンタクトをとり、インタビュー調査への参加者を募った。インタビューへの参加に承諾した23名の大学生(男性13名・女性10名・平均年齢20.13歳・ $SD=1.25$)を対象に、2022年10月～2023年2月にインタビューを行った。

2.2.2 インタビュー内容

全てのインタビューは、Zoomを用いてオンラインで行った。インタビューは半構造化面接とし、
1) Twitterでどのような人々とつながっているか
2) Twitterでの投稿頻度と投稿内容 3) 不快なツ

イートが流れてきた時の対応 4) Instagramでどのような人々とつながっているか 5) Instagramでの投稿頻度と投稿内容 について尋ねた。

3 結果と考察

3.1 ウェブ調査の結果と考察

3.1.1 変数の作成

連続変数に関してそれぞれの尺度の逆転項目を反転処理した後で α 係数を求めたところ、幸福感($\alpha=.88$)、孤独感($\alpha=.91$)、社会的スキル($\alpha=.82$)、社会的寛容性($\alpha=.90$)、いずれも高い内的整合性が示された。従って以降の分析では、各尺度の合計得点を用いた。Twitter、Instagramでの投稿内容に関して、「共通趣味」「友人や自分の充実した生活」「写真や動画」「友人同士のリプライ等のやりとり」「日常の友人関係」「レポートや成績」「就職活動に関する情報」の7項目は、カテゴリカル因子分析の結果1因子にまとめられた。そのためこれらの7項目は「日常の投稿」というダミー変数としてまとめ、これらの7項目に1つでも回答がある者は1、7項目に1つも回答がない者は0として分析を行った。Twitterでのつながりに関する「大学での友人とのつながり」「高校時代の友人とのつながり」「オンラインのみの友人とのつながり」もそれぞれダミー変数とし、回答あり=1、回答なし=0として分析を行った。これらの変数の記述統計を表-1にまとめた。

表-1. 記述統計量

	回答分布			
	性別	男性 47.79%	女性 52.21%	
Twitter	学年	1年生 24.30%	2年生 20.60%	
		3年生 21.30%	4年生 33.80%	
	日常の投稿	回答あり 54.90%		
	投稿しない(閲覧のみ)	回答あり 34.31%		
Instagram	大学での友人とのつながり	回答あり 69.12%		
	高校時代の友人とのつながり	回答あり 51.50%		
	オンラインのみの友人とのつながり	回答あり 53.43%		
	日常の投稿	回答あり 58.60%		
連続変数	投稿しない(閲覧のみ)	回答あり 19.60%		
	幸福感	M = 48.96	SD = 10.42	
	孤独感	M = 45.75	SD = 13.12	
	社会的スキル	M = 46.57	SD = 6.46	
	社会的寛容性	M = 72.17	SD = 8.33	

3.1.2 調査時の情勢

大学の授業形態について、対面授業がなくオンライン授業（オンデマンドもしくはリアルタイム）が主であった者の割合を学年ごとにまとめた（表-2）。調査時1年生、2年生は高校時代には大部分の者がオンライン授業中心ではなかったが、入学後には8割以上がオンライン授業中心であったと回答しており、1年生、2年生においては調査時にもその傾向があまり変わっていないことが分かった。3年生にとっては入学時、4年生は2年生に進級時にコロナ禍が始まっており、当時は8割以上がオンライン授業中心であったと回答していたが、調査時である2022年春学期にはそのように回答する者が減っており、対面授業が復活している様子が見られた。

調査を実施した関東地域では2021年までに4度の緊急事態宣言が出され、2度のまん延防止重点措置が実施されたが、最後のまん延防止重点措置が終了した2022年3月以降はこうした制限は実施されていない。調査が行われた2022年には、「3年ぶりの行動制限のないゴールデンウィーク」といった言葉が報道され、外国人観光客の受け入れが段階的に再開されるなど、緩和の方向に進んでいたと言える。全国の大学生から無作為抽出した調査によると、2020年度後期の時点で8割近くの大学生が「オンラインが多かった」「オンラインがほとんど・すべてだった」と回答していた（文部科学省、2021）。2022年度には9割以上の大学が「半分以上を対面授業とする予定」と回答していた（文部科学省、2022）が、本調査の協力者では2022年度時点でも半数以上が「オンライン授業が中心である」と回答しており、イン

タビューでもその旨が語られていた。本調査の協力者は、全国の大学生と比べ、対面授業が少なくオンライン授業を受ける者の割合が多かったと言える。

3.1.3 幸福感と孤独感を予測するモデル

幸福感、孤独感、社会的スキル、社会的寛容性には、学年による有意な差は見られなかった（ $F_{(3,404)}=1.53$, n.s.; $F_{(3,404)}=0.54$, n.s.; $F_{(3,404)}=1.87$, n.s.; $F_{(3,404)}=0.39$, n.s.）が、精神的健康とSNS使用状況等との関連パターンに学年による違いが見られる可能性があるため、学年別に重回帰分析を行った。幸福感・孤独感を従属変数、SNS使用状況のダミー変数、Twitterでのつながりのダミー変数、個人差変数を独立変数とした重回帰分析を学年別に行った（表-3・表-4）。いずれの学年においても、社会的スキルは幸福感に正の効果、孤独感に負の効果を示した。2年生でのみ、Twitterでの大学の友人とのつながりが高い幸福感、低い孤独感と結びついていた。また、2年生ではInstagramで日常の投稿を行うことが低い孤独感と結びついていた。3年生では、Twitterでの日常の投稿、Twitterの閲覧をすることが低い幸福感と結びついていた。それに対して、1、4年生では社会的スキル以外に幸福感や孤独感に有意な効果を持つ変数は、1年生における「性別」を除き見られなかった。

3.1.4 ウェブ調査の結果に関する考察

幸福感、孤独感と最も強い関連を示した社会的スキルをモデルに入れても、2年生と3年生において、SNSの利用状況が幸福感、孤独感と結びついていた。2年生でのみ、Twitterでの大学の友人とのつながりと精神的健康との正の関連が示された理由としては、本調査の2年生における当時の状況が関係していると考えられる。調査実施時（2022年）の2年生は入学前の高校3年次にコロナ禍が始まり、彼らが1年生であった2021年度は対面授業が少なく、調査時の2022年春学期

表-2. 「オンライン授業が中心である」と答えた人の割合

	2020年春	2020年秋	2021年春	2021年秋	2022年春
1年生	28.30%	9.10%	9.10%	8.10%	87.90%
2年生	25.00%	9.50%	89.30%	85.70%	71.40%
3年生	90.80%	78.20%	67.80%	69.00%	57.50%
4年生	85.50%	78.30%	74.60%	73.90%	43.50%

表-3. 幸福感を予測する重回帰モデル (学年別)

	1年生 (N=99)	2年生 (N=84)	3年生 (N=87)	4年生 (N=138)
性別	-.04	.00	.02	-.05
Twitter				
日常の投稿	-.11	-.17	-.51 **	.08
閲覧のみ	-.14	.04	-.55 **	.14
大学での友人とのつながり	.09	.25 *	-.07	-.10
高校時代の友人とのつながり	-.19	-.04	.13	-.02
オンラインのみの友人とのつながり	-.03	-.10	-.06	-.04
Instagram				
日常の投稿	.07	.13	-.09	-.02
閲覧のみ	-.18	.00	-.18	-.08
個人差変数				
社会的スキル	.47 **	.45 **	.70 **	.55 **
社会的寛容性	.07	.00	.03	.05
R ²	.32 **	.34 **	.55 **	.33 **
Adjusted R ²	.24	.25	.49	.28

* $p < .05$, ** $p < .01$

表-4. 孤独感を予測する重回帰モデル (学年別)

	1年生 (N=99)	2年生 (N=84)	3年生 (N=87)	4年生 (N=138)
性別	-.21 *	-.08	.09	.02
Twitter				
日常の投稿	.03	.20	.33	-.03
閲覧のみ	-.15	.01	.30	-.06
大学での友人とのつながり	-.02	-.28 **	.05	-.01
高校時代の友人とのつながり	-.11	.03	-.02	-.05
オンラインのみの友人とのつながり	-.07	.01	.05	.01
Instagram				
日常の投稿	-.04	-.36 **	-.18	-.08
閲覧のみ	.07	-.19	.05	-.03
個人差変数				
社会的スキル	-.56 **	-.56 **	-.54 **	-.61 **
社会的寛容性	-.08	.06	-.17	-.11
R ²	.39 **	.52 **	.39 **	.43 **
Adjusted R ²	.32	.46	.31	.38

* $p < .05$, ** $p < .01$

でも7割以上の者が「オンライン授業が中心である」と回答していた(表-2)。入学時に対面での交流が十分に持てない環境の場合、SNSでその機会を補うことが、精神的健康を保つには重要であった可能性がある。追加分析としてTwitter上での大学での友人とのつながりの有無と学年とのクロス集計をしたところ、「大学の友人とTwitterでつながる」と回答したのは1年生で70.7%, 2年生で79.8%, 3年生で63.2%, 4年生で65.2%と、1, 2年生は3, 4年生よりも有意に多かった($\chi^2_{(1)}=5.13$, $p < .05$)。コロナ禍で入学した低学年が、Twitter上で大学の友人とつながり社会的ネットワークを構築しようとする傾向が示唆される。本研究の2年生ではTwitterでの大学の友人とつながるだけでなく、Instagramでの日常の投稿も孤独感と負の関連が見られたことが

ら、2年生においては、現実での人間関係を補うようなSNSの使い方が、良好な精神的健康と結びついていたと考えられる。

3年生においてはTwitterの閲覧や日常の投稿をする者ほど幸福感が低かった。前述したように、調査当時の3年生が1年生であった2020年に全国で行われた調査(全国大学生生活協同組合連合会, 2021)では、2020年度入学者はコロナ禍の影響を色濃く受けたと言われている。本調査時の2022年に行われた同調査では、この大学生活への満足度は概ね回復していた(全国大学生生活協同組合連合会, 2023)。対面授業が2022年度には全国的に復活してきていたことも一つの原因であると指摘されている。本調査協力者の間でも、特に3年生、4年生においては半数程度が対面授業を経験しており、その割合は1, 2年生よりも多かった(表-2)。本研究の調査協力者において、対面授業の少ない低学年においてはSNSで大学の友人とつながることが精神的健康の維持には重要であり、対面授業が多い3年生以上ではそれほど重要ではなかった可能性がある。更に、先行研究で指摘されるように(河井, 2014)、SNSへの投稿頻度が高い状態が続くことが精神的健康を阻害する可能性を踏まえると、3年生ではTwitterでのやり取りや頻繁な閲覧は精神的健康には有益ではなかった可能性が示唆された。しかし、3年生であっても2年生と同様、現実でのつながりを補強するためのSNS利用が精神的健康に結びつくのかは、本調査の結果だけでは十分な検討ができなかった。

同様のことは、1年生と4年生にも言える。2年生と同様にコロナ禍に入学し対面授業が少ない1年生ではSNS利用の精神的健康への効果は有意ではなかった。2年次と他の学年とで、SNS使用と精神的健康との関連が同様なのか否かは、量的調査の結果のみでは検討がし難かった。そこで本研究では、SNS使用状況、個人差変数と精神的健康との関連について、インタビュー調査を基に詳細な検討を行う。

3.2 インタビュー調査の結果と考察

3.2.1 インタビュー協力者の分類

量的調査の結果、特に低学年において、同じ大学に所属する現実の友人とTwitterでつながることやInstagramで日常の投稿をすることが精神的健康につながることが示唆された。Twitterの利用目的では情報収集が最も多く、次に「ネット上の友人・知人とのコミュニケーション」「リアルな友人・知人とのコミュニケーション」が多いこと、またこうした回答よりは少ないが、「自分の気持ちや意見・考えをリアルタイムに発信する」との回答も示されている（マイボイスコム、2020）。更に、量的調査ではオンラインの友人とのつながりはどの学年においても精神的健康に直接の関連を示さなかったが、同じTwitter上でのコミュニケーションでも、相手が現実でも知っている相手であるのかオンラインのみでのつながりであるのかによって、精神的健康への影響は異なると考えられる。また量的調査では、Instagramへの投稿も2年生において精神的健康と結びついていていた。従って本研究では、インタビュー調査の協力者たちを、Twitter投稿頻度、Twitter上での現実での友人もしくはオンラインの友人とのコミュニケーションの有無、Instagram投稿頻度別にカテゴリー分けした。カテゴリー分けの際は協議の上で、整合性が取れるカテゴリー分けを行った。各カテゴリーにおけるインタビュー協力者のIDとそれぞれの量的調査の得点を表5～表8にまとめた。それぞれの量的得点において、ウェブ調査協力者全体（ $N=408$ ）の得点の中央値よりも低い得点を「L」、中央値よりも高い得点を「H」と表記した。

幸福感和孤独感には負の相関があることが知られており、本研究でも $r=-.61$ であった。そのため幸福感が高い者は孤独感が低いことが考えられるが、本研究のインタビュー調査協力者においては幸福感が高く孤独感が低い、もしくは幸福感が低く孤独感が高い者だけではなく、いずれも高い

者やいずれも低い者も混在していた。本研究においては、幸福感が高く孤独感が低い者を最も適応的な精神的健康のパターンを持つ者、その逆の者を不適応な精神的健康を持つ者として扱う。SNSの使用状況以外にも、幸福感や孤独感の規定因は複数あることが想定されるため、SNSの使用状況について尋ねたインタビュー調査のみで、すべての精神的健康の側面を把握しきるのは不可能であると考えられる。本研究の量的調査では、社会的スキルは精神的健康の最も強い予測因であった。しかしながらインタビュー調査によって、社会的スキルの低い者でも適応的な精神的健康を維持できるようなSNSの使い方が見いだされる可能性がある。量的調査の知見だけでは把握しきれない精神的健康とSNS使用の関連について補足し、今後の詳細な検討につなげることがインタビュー調査の目的である。

3.2.2 リアル・コミュニケーション型（表-5）

この型の特徴は、大学の友人など現実で付き合いがある相手とTwitter上でリプライをし合いコミュニケーションを取ることである。この型の参加者は全員幸福感が高く、2名を除いて孤独感も低いという最も適応的な精神的健康のパターンを示していた。たとえば4年生女性Bは、大学1年生の頃から使っているアカウントで、ほぼ毎日日常生活について投稿をしていた。より親しい相手とつながる別のアカウントでは「落ち込むことがあったときとかは、こっちのプライベートのほうでツイートする」と語り、InstagramでもTwitterとほぼ同じ相手とつながっていた。1年生女性Aも同様に、Twitter上で大学の友人とつながりリプライでやり取りし、Instagramでも親しい友達とつながり発信をしていた。Aはまた、「みんなオンライン上のつながりだったものが、（中略）大学の〇〇（大学内の広場）でみんなでご飯食べるよ、来る人おいでみたいな感じで知り合った人もいるから、現実の友達にもなって」と語るよ

表-5. リアル・コミュニケーション型の傾向

ID	性別	学年	Twitter 発信	Twitter コミュニケーション (対面)	Twitter コミュニケーション (オンライン)	Instagram 発信	幸福感	孤独感	社会的 寛容性	社会的 スキル
A	F	1	有	有	なし	有	H	L	H	H
N	M	1	有	有	なし	なし	H	H	L	L
W	M	1	有	有	なし	なし	H	L	L	H
V	M	3	有	有	なし	なし	H	L	L	H
Q	M	3	有	有	なし	なし	H	H	L	H
L	F	3	有	有	なし	有	H	L	H	H
B	F	4	有	有	なし	有	H	L	H	H

表-6. オンライン・コミュニケーション型の傾向

ID	性別	学年	Twitter 発信	Twitter コミュニケーション (対面)	Twitter コミュニケーション (オンライン)	Instagram 発信	幸福感	孤独感	社会的 寛容性	社会的 スキル
C	F	1	有	なし	有	なし	L	H	H	L
G	F	4	有	なし	有	なし	L	L	H	L
P	M	4	有	有	有	有	H	L	L	H

うに、Twitterでつながっていた同じ大学の学生と対面でも会うなど、ネットワークを広げる場としてもTwitterを使用していた。

量的調査では3年生において、Twitterの投稿や閲覧が低い幸福感と結びついていたが、この型の3年生3名中2名(L, V)は適応的な精神的健康のパターンを示しており、残る1名(Q)も幸福感は高かった。サークル活動のためのアカウントと日常のつぶやきのためのアカウントを使い分け、親しい友人とはInstagramでつながる傾向(L)、「ご飯行ける人みたいな感じのもTwitterで募ったり(V)」のように現実の友人との連絡手段としてTwitterを使用する傾向など、この型の他の学年の者と同様の語りが見られた。3年生でも、現実の人間関係を補うTwitter利用であれば、幸福感を下げるものではないことが示唆された。

近年、インターネット・パラドックスを再考する研究が行われ、現実での人間関係が充実している人ほどSNSの利用時間が長いことが指摘されている(森本, 2021)。本研究も、学年に関わらず、現実の人間関係を補強する使い方であれば、SNSでの発信は適応的な精神的健康に結びつくことを示していると考えられる。ただし、本研究におけるリアル・コミュニケーション型のほとんどが社会的スキルが高いため、現実の人間関係を補強するSNSの使い方は、元々社会的スキルが高い人に

適している可能性も考えられる。

3.2.3 オンライン・コミュニケーション型(表-6)

C, G, Pは、オンラインでの知り合いとTwitter上でコミュニケーションを取る傾向が見られた。このうちCとGは、社会的スキルが低く社会的寛容性が高く、Cは幸福感が低く孤独感が高いという不適応な傾向を示し、Gは孤独感も幸福感も低かった。Pは社会的スキルは高いが社会的寛容性は低いという特性を持っており、幸福感と孤独感の高低のパターンが適応的であった。

C, GとPの性質やTwitter上での行動の違いは、社会的寛容性の高低と、不快な投稿を避けるか否かであると考えられる。Cは好きな作品の感想を言い合うため、Gは他者の作品の感想を述べ自らの絵を投稿するためにTwitterを使い、不快な投稿をブロックやミュートをすることはあまりないと語っていた。一方、社会的スキルが高く社会的寛容性が低く、適応的な精神的健康状態を示したPは、今回のインタビュー参加者で唯一、現実での友人とオンラインのみでの友人双方とのコミュニケーション目的でTwitterを使い、Instagramにも頻繁に投稿していた。Pの語りで特徴的であったのが、頻繁にミュート等をする点と、SNSの種類によって使い分けを行っている点である。Pは「自分が苦手というか、嫌いなYouTuberであっ

たり(中略)ちょっと嫌いだわとなって、ミュート」することが頻繁にあると語り、「インスタのときは、きらきらした自分を演じてます」と語った。

社会的スキルは、学校など社会での適応につながる事が知られている(小林, 1990)。合わない情報を回避することは、得られる情報が制限され人間関係の幅を狭めるリスクがあるため、精神的健康に長期的には悪影響となる可能性もある。しかし、社会的スキルの高いPのような人がSNSの種類によって異なる自己呈示をし、合わない情報を回避するという自己防衛をしながらオンラインの友人ともコミュニケーションを取ることは、少なくとも調査時における精神的健康を阻害するとは言い難い。逆に、社会的スキルが低く社会的寛容性が高いCやGのような人は、精神的健康を保つための自己防衛ができないため、オンラインの友人のみとのコミュニケーションは精神的健康状態を阻害する可能性があると考えられる。

3.2.4 表現型(表-7)

現実の友人(D)、オンラインの友人(F)、もしくは両方(E, U)とつながり意見や感想を投稿する傾向が見られた。共通点は、表現を目的とした投稿を行っており現実の友人ともオンラインの知り合いともコミュニケーションは取らない点である。

社会的スキルが高くても幸福感と孤独感のパターンが不適応的である、という量的調査と反対の結果を示したのが4年生男性のDである。Dは、「日常のことを書くこともあるし(中略)あとは普段から考えてることとかも書く」と語り、大学の友人とTwitterでつながるが、Twitter上でコミュ

ニケーションは取らないと語った。そして、ここ数年間でTwitterを使う時間は増えたと語り、「Twitterでいろんな人とつながることで、Twitterの豊かな議論みたいなのを見て、それに引かれてツイートしてる」と語っていた。Dのように社会的スキルが高い人が、現実の友人に向けたコミュニケーション目的ではない投稿をTwitter上で行うことは、対面での人間関係の補強にはならず、精神的健康の面では不適応につながる可能性が考えられる。

逆に、1年生男性Fは、社会的スキルは低いが幸福感と孤独感のパターンは適応的であるという、量的調査の結果とは異なる傾向を示した。Fは、前節「オンライン・コミュニケーション型」のCやGと同様に社会的スキルが低く、オンラインでの知り合いとのみつながりを持っていた。異なる点は、CやGはオンラインの知り合いとコミュニケーションを取っており社会的寛容性が高いが、Fはオンラインでの知り合いとコミュニケーションを取らず社会的寛容性が低い点である。Fは、「例えばテレビにメンバーが出てたときに(中略)(感想を)上げたり」はするが、コミュニケーションは取らないと回答し、「結構、関係ないのとかは、なるべく出てこないように(ブロックやミュートをして)厳選してる」と語るように、合わない情報を頻繁に避けると語っていた。

オンラインでの知り合いとつながり、社会的寛容性が低く合わない情報は避け、適応的な精神的健康状態を示したという点で、Fは前節のPと共通しているが、Pとは異なりFの社会的スキルは低い。社会的スキルが低い人がオンラインでの知り合いとつながる際には、コミュニケーションは

表-7. 表現型の傾向

ID	性別	学年	Twitter 発信	Twitter コミュニケーション (対面)	Twitter コミュニケーション (オンライン)	Instagram 発信	幸福感	孤独感	社会的 寛容性	社会的 スキル
F	M	1	有	なし	なし	なし	H	L	L	L
U	M	2	有	なし	なし	なし	H	H	H	L
E	F	2	有	なし	なし	なし	L	H	H	L
D	M	4	有	なし	なし	なし	L	H	L	H

取らず合わない意見を回避することで、適応的な精神的健康を保っている可能性が示唆された。

表現目的のTwitter発信は、現実での知り合い相手でもオンラインの知り合い相手でも、また社会的スキルが高いDのような人であっても、基本的には低い精神的健康につながる可能性が、学年を問わず見られたと考えられる。社会的スキルが低い者の場合、Fのように合わないツイートを避けるといった自己防衛的な行動によりその時点での精神的健康を保てる可能性は考えられるが、合わないツイートを避ける行為による長期的な悪影響については、今後の慎重な検討が必要である。

3.2.5 Twitter発信なし型（表-8）

Twitterでの発信をせずInstagramでの発信を行う5名中4名（S, M, J, H）は、幸福感が高い傾向が見られた。この4名はいずれもInstagramの少なくとも1つのアカウントでは「その人たちに见られるなら別にいいや（H）」と思える親しい相手とのみつながり、「しょうもないこと（M）」のように気兼ねのない発信をしていると語っていた。親しい相手とつながるInstagramでの発信は、現実での人間関係を補強するものとなり得るため、幸福感に結びつきやすいと考えられる。

Instagramのみの発信を行う4名の中でも3年生のJ（女性）は、社会的スキルが低い、幸福感が高く孤独感が低いという、量的調査と逆の傾向を示した。Jは、「親身に話す友達が、大学に行ったらそういう友達できるかなと思ってんですけど、（コロナ禍で）やっぱり見つけられない」と話

すように、コロナ禍で人との付き合いが減ったため、趣味の活動でオンライン上の友人を作るためにTwitterのアカウントを開設した。しかし「Twitter上でだけ仲良くするのって難しいなって」と語り、オンラインでのつながりを作れずにTwitterから離れたと語った。コロナ禍が落ち着き対面で人と出会う機会が増えたと同時にInstagramでの投稿も増えたこともTwitterを離れた原因であると語り、Twitterでのつながり作りは「無理じゃなくて良いかなと（J）」思うようになったと話していた。そして、現在は3,4人ぐらいの親しい友人と仲良くしていると語った。

このJを含め、Twitter発信をしない参加者の中でも3年生、4年生であるH, Iには、「現在はTwitter発信をしていないが、低学年の頃はつながり作りのために発信していた」という共通点が見られた。たとえばJは、「1,2年のとき（2020年度と2021年度）は、逆に大学始まったばかりですし、新生活とかサークルとか、あとコロナとかでつぶやくようなこといっぱいあったんで」「作った当初は人と話そうと思って、結構積極的にアクションを起こしたりしてたんですけど」と語った。前述したように本調査協力者全体でも、1,2年生に比べて3,4年生はTwitterで大学の人とのつながりを持たない傾向があり、入学当初よりも大学の人とTwitterでつながる必要性を感じなくなったJのような高学年が多いことが示されている。Twitterを現実の人間関係を補強する目的で使い続けるリアル・コミュニケーション型の、特に高学年は全員社会的スキルが高く精神的

表-8. Twitter発信なし型の傾向

ID	性別	学年	Twitter 発信	Twitter コミュニケーション (対面)	Twitter コミュニケーション (オンライン)	Instagram 発信	幸福感	孤独感	社会的 寛容性	社会的 スキル
S	M	1	なし	なし	なし	有	H	L	H	H
M	F	2	なし	なし	なし	有	H	H	H	L
J	F	3	なし	なし	なし	有	H	L	L	L
H	F	4	なし	なし	なし	有	H	H	L	H
T	M	4	なし	なし	なし	有	L	H	H	H
R	M	1	なし	なし	なし	なし	H	L	H	H
K	M	1	なし	なし	なし	なし	L	L	H	H
O	M	2	なし	なし	なし	なし	L	H	L	L
I	F	4	なし	なし	なし	なし	L	L	L	L

健康状態が適応的なこと、社会的スキルが低くオンライン・コミュニケーション型のCやGの精神的健康状態が適応的ではないことを考慮すると、Jのような社会的スキルが低い高学年は、Twitterを使ってネットワークを広げるよりも、現実社会で比較的狭いコミュニティの中で人間関係を築くことで、少なくとも現時点での精神的健康を保っている可能性が考えられる。SNSへの投稿は利用初期には精神的健康に肯定的影響をもたらすが、長期化すると不適応につながる可能性が指摘されている（河井，2014）。インタビュー調査の傾向から、社会的スキルが高い者であれば、高学年になっても現実の人間関係を拡張する目的でのSNS利用は精神的健康を阻害するものではないと考えられる。一方、社会的スキルが低い者は、入学初期にはSNSを現実の人間関係を補強する目的で利用しネットワークを拡張したとしても、高学年になると使用を減らし、比較的狭いコミュニティでの人間関係を保つことで、精神的健康を維持している可能性が示唆された。

大学入学前や直後にTwitterのアカウントを作り、情報収集やつながり作りに役立てようとする低学年の学生は多い。その後もTwitterを用いたつながり作りを継続する者とTwitterを辞める者との違いは、Twitterでのつながりを現実での出会いにつなげる機会の有無であると考えられる。Twitter発信をしない1年生男性のKは、大学入学と同時に新たにアカウントを作ったが、「大学用のアカウントのTLが（中略）自分と合わなくて、見てて面白くないなって思ったんで見るのをやめちゃいましたね。」と語った。Kは社会的スキルは高いが、Twitterでネットワークを広げるリアル・コミュニケーション型にはならなかったと言える。

同じ1年生で社会的スキルが高い、「リアル・コミュニケーション型」であるAは、入学後にTwitterを開設してから「2、3か月くらいは（中略）どうしよう友達もできないみたいな形だっ

たんですけど、9月の終わりぐらいですかね、運よく結構20人単位で集まるみたいな会が（中略）ありまして。それに参加希望を送って、わっと増えた」と語った。当初はTwitterをきっかけとして友人を増やすことの難しさを感じていたが、Twitterで募集された対面での出会いの場に参加したことで友人が増え、現在の継続的なTwitterやInstagram上のやり取りにつながっていったと話していた。このように、Twitterをきっかけとして対面での出会いの場につながったという語りは、リアル・コミュニケーション型で適応的な精神的健康を示した他の1年生（W）でも見られた。低学年の学生にとってはTwitterで大学の友人とつながるだけではなく対面で出会う機会を持つことで、対面でのネットワークが拡張でき、ひいては精神的健康につながると考えられる。

TwitterでもInstagramでも発信をしない者では、適応的な精神的健康のパターンを示す者と不適応な精神的健康のパターンを示す者とが混在していた。たとえば2年生男性のOはTwitterをほとんど使用しておらず、Instagramも「高校卒業して、お互いに少し距離が離れてしまったので、あまり見なくなっちゃった」と語り、サークル活動もしていないため、ネットワークが広がっていない様子が伺え、精神的健康状態も適応的ではなかった。オンラインが主であったコロナ禍における低学年が新規のネットワークの開拓をするためには、現実での対人関係を補強する形でのTwitterやInstagramといったSNSはある程度有効であった可能性が示唆された。

4 総合考察

本研究では、SNS利用と精神的健康の関連には、個人の社会的スキルやSNSの使用目的による違いがみられることが明らかになった。

量的調査の結果、特に2年生（2021年度入学）において、Twitterにおける大学の友人とのつな

がり、高い幸福感和低い孤独感という、適応的な精神的健康に結びついていた。3年生においてはTwitterでの日常の投稿と幸福感の負の関連が示された。また全ての学年において、社会的スキルは幸福感和孤独感を最も強く予測していた。

以下に、量的調査の知見を補足するインタビュー調査の知見をまとめることとする。第一に、社会的スキルが高い者が、SNSを対面での対人関係の延長と捉え、TwitterやInstagramにおいて親しい友人とコミュニケーションを取っている場合、精神的健康状態は概ね良い傾向が、学年に関わらずみられた点である。

第二に、社会的スキルが高くても表現型の者は精神的健康状態が適応的ではない傾向がみられた点である。ソーシャルメディア・パラドクスが示すように、社会的スキルが高くても現実の人間関係を補わない形でのSNS利用は適応的な精神的健康にはつながらない可能性が考えられた。

第三に、SNSの使用状況によっては、社会的スキルが低くても適応的な精神的健康を示す者も見られた点である。オンラインでコミュニケーションを取らず、合わない意見は回避しながらTwitterを使用している、社会的寛容性の低い「表現型」の参加者は、社会的スキルが低くても最も適応的な精神的健康のパターンを示していた。逆に、社会的スキルが低く社会的寛容性が高く、合わない意見を回避しないオンライン・コミュニケーション型の参加者は、精神的健康状態が適応的ではない傾向が見られた。合わない意見を回避することによる長期的な悪影響の可能性はあるが、社会的スキルの低い者にとって、少なくとも短期的な精神的健康を保つための防衛的反応として、合わない意見の回避が行われている可能性が示唆された。

第四に、社会的スキルが低く、Twitterからは足が遠のいた調査時の3,4年生も、1,2年生の時にはつながりを作るため頻繁に投稿していたと語られていた点である。2020年度に入学した3年生は、コロナ禍において大学生生活満足度が著し

く低下した学年である。社会的スキルの高い者であれば、リアル・コミュニケーション型としてTwitterを使い続けることは精神的健康を阻害しない可能性がある。しかし社会的スキルの低い高学年では、Twitter投稿の頻度を減らし少人数の親しい友人との関係に満足しているという語りが本研究では見られた。量的調査において、3年生でTwitterでの投稿と幸福感に負の関連が示された背景には、社会的スキルの低い者が高学年になってもTwitterで投稿し続けることで、精神的健康を阻害したことも原因であると推察された。

調査時1年生のリアル・コミュニケーション型の者では、Twitterでのつながりを対面でのつながりに生かす機会がきっかけとなったという語りがみられた。いわゆるコロナ禍のように対面でのつながりを十分には増やせない状況においては、SNSを適度に利用し、そのつながりを対面でのつながりへと連携させることが、特に関係が固定されていない低学年において大学での人間関係の拡張へとつながり、ひいては良好な精神的健康につながった可能性が示唆された。入学後1年がたった2年生においてTwitterでの大学の友人とのつながりが精神的健康に結びついていたという量的調査の知見も、コロナ禍においては低学年の短い時間であればTwitterでの人間関係の補完が精神的健康を維持した可能性を示唆している。ただし3年生ではTwitter投稿頻度が幸福感を下げていたため、Twitterによる人間関係の補完は短期間のみの限定的なものであると考えられる。

本研究の限界としては第一に、本研究では社会的寛容性が低く、頻繁にミュート等を行う人の精神的健康状態が適応的である傾向が見られたが、これはあくまでも調査時点のものである。合わない意見を回避することによる、精神的健康への長期的な影響については、今後慎重な検討が必要と考えられる。同様に、インタビュー調査において社会的スキルの低い高学年に見られた「無理にネットワークを拡張せず、少数の親しい人とのみ

過ごす」ことは、現時点での精神的健康を保つ上では有益な可能性が示唆されたが、それによる長期的な帰結についても検討する必要があると考えられる。更に、本研究では幸福感や孤独感という、精神的健康の中でも情動的側面を扱ったが、今後は生きがいなどの包括的指標も扱い、SNS利用による長期的帰結についても検討が必要である。

こうした限界はあるものの、本研究は量的調査とインタビュー調査の双方を行い、SNS利用と精神的健康との関連について検討することができた点で意義深いものであったと考えられる。SNS利用は、特に入学直後の低学年の学生の精神的健康と強く結びつくものであると考えられる。入学前後や入学直後に、対面での人間関係を広げるようなSNSを使用することで、大学生の大学満足度の向上や精神的健康の維持につながる可能性が示唆された。

注

- (1) Twitterの呼称は2023年7月に「X」に変更されましたが、本稿では調査実施時の呼称である「Twitter」に統一しています。
- (2) 本論文は2023年ヒューマンコミュニケーション基礎 (HCS) 研究会、社会情報学会 (SSI) 大会、及びアジア社会心理学会大会で発表されたものを再分析し、加筆・修正したものです。

謝 辞

本研究はJSPS科研費 (課題番号 23K21842 ; 旧課題番号 21H03770) の助成を受けて行ったものです。調査にあたり、ご協力・ご回答いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

参考文献

青木邦男 (2015) 「在宅高齢者の性格特性、生きがい感関連要因及び生きがい感の関連性」『山口県立大学学術情報』8 (6), pp.7-17.

Brusilovskiy, E., Townley, G., Snethen, G., & Salzer, M.S. (2016) Social media use, community participation and psychological well-being among individuals with serious mental illnesses, *Computers in Human Behavior* 65, pp.232-240.

大学生広告ナビ (2023) 「【2022年度】大学生のSNS利用率調査／使い分けの実態が明らかに」 <<https://daigaku-koukoku.com/contents/report/00040.html>> Accessed 2024, August 4

Ekornes, S. (2022) The impact of perceived psychosocial environment and academic emotions on higher education students' intentions to drop out, *Higher Education Research & Development* 41 (4), pp.1044-1059.

藤本弘一郎・岡田克俊・泉俊男ほか (2004) 「地域在住高齢者の生きがいを規定する要因についての研究」『厚生指標』51 (4), pp.24-32.

平井花朋・叶少瑜 (2019) 「Twitterにおける不快な投稿が友人関係に影響を及ぼすのか? : 社会的寛容性と社会関係資本の構築という視点から」『電子情報通信学会研究報告 (信学技法)』118 (487), pp.19-24.

伊藤裕子・相良順子・池田政子ほか (2003) 「主観的幸福感尺度の作成と信頼性・妥当性の検討」『心理学研究』74, pp.276-281.

河井大介 (2014) 「ソーシャルメディア・パラドクス: ソーシャルメディア利用は友人関係の抑制し精神的健康を悪化させるか」『社会情報学』3 (1), pp.31-46.

亀井智子 (2021) 「地域保健活動に活かす混合研究法: 質と量両者の統合から見えるもの」『保健師教育』5, pp.7-13.

桂瑠以・坂元章 (2015) 「ウェブ日記の執筆量が精神的健康に及ぼす影響: 媒介効果を検討したパネル調査」『応用心理学研究』40 (3), pp.177-185.

Kim, B., & Kim, Y. (2017) College students'

- social media use and communication network heterogeneity: Implications for social capital and subjective well-being, *Computers in Human Behavior* 73, pp.620-628.
- 小林正幸 (1990) 「子供の社会的スキルの問題に関する展望」『行動療法研究』16(2), pp.42-51.
- 小林哲郎・池田謙一 (2008) 「PCによるメール利用が社会的寛容性に及ぼす効果：異質な他者とのコミュニケーションの媒介効果に注目して」『社会心理学研究』24, pp.120-130.
- 小島亜未・加藤佳子 (2017) 「健康診査受信者の生きがいと首尾一貫感覚 (Sense of coherence: SOC) およびソーシャル・サポートとの関係」『日本看護科学会誌』37, pp.18-25.
- Lyubomirsky S, King LA, & Diener E. (2005) The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin* 131, pp.803-855.
- マイボイスコム株式会社 (2019) 「インスタグラムの利用に関するアンケート (第2回)」<https://myel.myvoice.jp/products/detail.php?product_id=25010>Accessed 2024, March 15
- (2020) 「Twitterの利用に関するアンケート調査 (第12回)」<https://myel.myvoice.jp/products/detail.php?product_id=26908> Accessed 2024, March 15
- 文部科学省 (2021) 「新型コロナウイルス感染症の影響による学生等の学生生活に関する調査」<https://www.mext.go.jp/content/20210525-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf> Accessed 2024, March 15
- (2022) 「令和4年度後期の大学等における授業の実施方針等に関する調査の結果について」<https://www.mext.go.jp/content/20221129-mxt_kouhou01-000004520_1.pdf> 2024, March 15
- 森本幸子 (2021) 「ソーシャルメディア・パラダイクスの再検討：使用目的や状況に注目して」『公益財団法人電気通信普及財団研究調査助成報告書 第35号 2020年度』
- 諸井克英 (1992) 「改訂UCLA孤独感尺度の次元性の検討」『人文論集』42, pp.23-51.
- Nabi, RI, Prestin, A., & So, J. (2013). Facebook friends with (health) benefits? Exploring social network site use and perceptions of social support, stress, and well-being, *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 16(10), pp.721-727.
- 永井暁行 (2018) 「ソーシャルスキルと態度による大学生の友人との付き合い方の分類：友人関係による居場所感の違い」『教育心理学研究』66, pp.54-66.
- Pinquart, M., & Sorensen, S. (2000) Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis, *Psychological Ageing* 15(2), pp.187-224.
- Ryan, R., & Deci, E.L. (2001) On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being, *Annual Review of Psychology* 52, pp.141-166.
- Sato, K., & Yuki, M (2014) The association between self-esteem and happiness differs in relationally mobile vs. stable interpersonal contexts, *Frontiers in Psychology* Article 1113.
- 島本好平・石井源信 (2006) 「大学生における日常生活スキル尺度の開発」『教育心理学研究』54, pp.211-221.
- 総務省情報通信政策研究所 (2023) 『令和4年度情報通信メディアの利用時間と情報行動に関する調査報告書』<https://www.soumu.go.jp/menu_news/s-news/01iicp01_02000119.html> 2024, March 15
- Steers, M.L.N., Wickham, R.E. and Acitelli, L.K. (2014) Seeing everyone else's highlight

- reels: How Facebook usage is linked to depressive symptoms, *Journal of Social and Clinical Psychology* 33, pp.701-731.
- 高比良美詠子 (2009) 「インターネット利用と精神的健康」, 『インターネット心理学のフロンティア』 三浦麻子・森尾博昭・川浦康至 (編), 誠信書房, pp.20-58.
- 内田知宏・黒澤泰 (2021) 「コロナ禍に入学した大学一年生とオンライン授業: 心身状態とひきこもり願望」, 『心理学研究』 92, pp.374-383.
- Verduyn, P., Ybarra, O., Résibois, M., Jonides, J., & Kross, E. (2017) Do social network sites enhance or undermine subjective well-being? A critical review, *Social Issues and Policy Review* 11, pp.274-302.
- 叶少瑜 (2019) 「大学生のTwitter使用, 社会的比較と友人関係満足度との関係」 『社会情報学』 8, pp.111-124.
- Ye, S.Y., & Ho, K.K.W. (2024) Causal relationships between university students' social media use and subjective well-being in Japan: Examination through two-wave panel survey. *Current Psychology*. (in press)
- Ye, S. Y., & K.K.W. (2023) College students' Twitter usage and psychological well-being from the perspective of generalized trust: Comparing changes before and during the COVID-19 pandemic, *Library Hi Tech* 41 (1), pp.152-173.
- 全国大学生生活協同組合連合会 (2021) 「第56回学生生活実態調査の概要報告」 <<https://www.univcoop.or.jp/press/life/report56.html>>2024, March 15
- (2023) 「第58回学生生活実態調査の概要報告」 <<https://www.univcoop.or.jp/press/life/report.html>>2024, March 15

原著論文

ゲーム没入感尺度（GEQ）の哲学的分析： フロー概念再考

A Philosophical Analysis of the Game Engagement Questionnaire:
Reconsidering the Flow Concept

キーワード：

没入感, ゲーム, フロー, ゲーミフィケーション, 心身二元論

keyword：

engagement, game, flow, gamification, mind-body dualism

大阪産業大学 曾 我 千亜紀

Osaka Sangyo University Chiaki SOGA

法政大学 山 本 晃 輔

Hosei University Kohsuke YAMAMOTO

大阪公立大学 ムナン ジュリアン

Osaka Metropolitan University Julien MENANT

名古屋外国語大学 ドゥプラド ヤニック

Nagoya University of Foreign Studies Yannick DEPLAEDT

要 約

ゲームの功罪をめぐっては、大きく分けて二つの対立する立場がある。ゲーム依存に注目しその予防や治療を目指す立場がある一方、ゲームを様々な分野に活用することを目指す立場がある。いずれにせよ、ゲームが何らかの魅力を備え、人間を没入させる力を持っていることは明らかである。

原稿受付：2023年5月22日

掲載決定：2024年5月25日

本論では、ゲームの没入感に注目し、まず、ゲーム没入感尺度 (Game Engagement Questionnaire, 略してGEQ) を基盤とした心理学におけるゲーム没入感の定義と、チクセントミハイが提唱する「フロー」の定義とその発生する条件を概観する。フローに注目するのは、この概念が没入感の一要素であるだけでなく、ゲームと高い親和性を持っており、とりわけゲームの活用 (すなわちゲーミフィケーション) へと接続しうる可能性を持っているからである。次に、フローについて哲学的側面から分析し、心身二元論の立場から見た場合のフローと心身との関係を明らかにする。そのうえで、ポジティブな概念であるフローと (依存から近いところにあるという意味で) ネガティブな概念である同化との差異を明確化し、ゲーミフィケーションにどのような要素が生かされるのかについて考察していく。その過程で出発点となったGEQそれ自体が再検討される。最終的に、GEQの質問票の問題点を明らかにし、新たな尺度を作成するための方向性が示されるであろう。

Abstract

There are two main opposing positions on the merits and demerits of games. One side focuses on game addiction and aims to prevent or treat it, while the other side aims to use games in various fields. Either way, games have some appeal and have the power to immerse and engage people.

In this paper, we focus on the engagement in games and first overview the definition of game engagement in psychology based on the Game Engagement Questionnaire (GEQ) and the definition of “flow” proposed by Csikszentmihalyi and the conditions under which it occurs. We focus on flow not only because it is an element of engagement but also because it has a high affinity with games and, in particular, has the potential to be connected to the utilization of games (i.e., gamification). Next, we will analyze flow from a philosophical aspect and clarify the relationship between flow and mind-body from the standpoint of mind-body dualism. We will then clarify the difference between flow, which is a positive concept, and assimilation, which is a negative concept (in the sense that it is close to dependence) and discuss what elements can be used in gamification. In the process, the GEQ itself, as a starting point, will be re-examined. Finally, the problems with the GEQ will be clarified, and directions will be provided for the creation of a new questionnaire.

1 はじめに

ゲームの功罪をめぐっては、大きく分けて二つの対立する立場がある。一つはゲーム依存あるいはゲーム障害と呼ばれる状態に注目し、その予防や治療を探究する立場である⁽¹⁾。もう一つはゲームの積極的利用を企図し、ゲームを様々な分野に活用しようとする立場である。私たちは、後者のゲームの活用（いわゆるゲーミフィケーション）を研究テーマとして掲げ、その一環としてゲームへの没入感を分析してきた。

心理学分野においては、ゲームへの没入感を測定する指標としてゲーム没入感尺度（Game Engagement Questionnaire, 以下 GEQと表記する）が開発されている（Brockmyer et al., 2009）。Brockmyerらは、先行研究や予備的調査から、ゲームへの没入感（engagement）を後に詳述する四つの概念（同化、フロー、空間的存在感、没頭）から構成されると提案している⁽²⁾。

しかしながら、この四概念によってゲーム没入感を捉えることは果たして妥当なのだろうか。概念間の関連性・質的差異・質問項目と四概念の対応関係についてはこれまで詳細に検討されていない。とくに四概念の一つであるフローに焦点を当てると、フローの提唱者であるチクセントミハイによる定義と、実際のフローを測定する質問項目とが乖離している可能性がある。

本論ではまず、心理学におけるゲーム没入感と、チクセントミハイが提唱する「フロー」の定義とその発生する条件を概観する。フローに注目するのは、この概念がゲームおよびゲーミフィケーションと高い親和性を持っているからである。次に、フローについて哲学的側面から分析し、心身二元論の立場から見た場合のフローと心身との関係を明らかにする。そこでは、デジタルゲーム（ビデオゲーム）に限定されない広い意味での遊びとフローとの関連も浮かび上がってくるであろう。最後に、GEQの質問票におけるフローに関する

問いが、哲学的考察を経たのち、どの程度妥当であるのか検討する。すなわち、心理学的調査によって取得されたデータをもとに解釈され構成された概念を、哲学的な検討から捉え直す試みである。その過程においてゲームにおけるフローや楽しさが何を意味するのか再考されるであろう。

2 ゲーム没入感の四つの概念——問いの背景

2.1 ゲーム没入感とは何か

ゲームやVR、物語の世界などへと没入することについては様々な研究がなされている⁽²⁾。日本語では同じ“没入”と表現されていても、英語ではimmersion, absorption, そしてengagement等と異なるタームが使用されており、定義が一致しているとは言い難い。ここではまず、ゲーム没入感とは「ゲーム世界に入り込み、時間を忘れて夢中になる」状態のことだと大まかに理解しておきたい。この状態が、Brockmyer et al. (2009) が作成したゲーム没入感尺度（GEQ）においては、以下に述べるような四つの概念によって規定され、没入の度合いの違いが示されている。

没頭（immersion）：周囲の環境を意識しながらもゲームにのめり込んでいると感じる状態である。

空間的存在感（presence）：自分自身が現実とは切り離された別の空間（たとえば仮想空間）にるように感じる状態である。

フロー（flow）：コントロールされているという感覚や時間の歪みを知覚し、現在の活動と自己とが一体化している状態である。

同化（absorption）：現在の体験に全面的に集中しており、変性意識状態に近い状態である。

Brockmyer et al. (2009) によれば、この四つの状態がグラデーションのように没入感を形成している。没頭を出発点に、空間的存在感、フローと没入の度合いが大きくなっていき、もっとも深く没入している状態を表しているのが同化である。没頭や空間的存在感という指標からは、ゲーム内

の空間を意識しつつも、現実の環境への意識も失われていないことがわかる。フローと同化は没入の度合いが高いが、その区別は容易であるとされている。それは、ここで経験される感情が、フローではポジティブであるのに対し、同化では不安やフラストレーションといったネガティブなものであるからだ。フローの場合は動機づけが内発的で結果として得られる報酬が重視されないのに対し、同化の場合は仲間との競争など外発的な動機づけとなっている。そして、同化の先には依存状態が位置づけられている (Brockmyer et al., 2009)。

Brockmyerらはこのように四概念を位置づけたあと、ゲーム没入感についての質問紙を作成している。本論ではこの質問項目がフローという概念を的確にあらわしているといえるのかを検討していく。そのためにはまず、提唱者であるチクセントミハイの定義を見ておきたい。

2.2 ゲーム没入感とは何か

フロー概念を哲学的に捉え直すにあたり、まずはフローとはどのような概念であるかを概観しておく。フローとは、チクセントミハイによって提起された心理学的概念である。もともとは様々な分野の「熟達者」からデータを集められ、共通する記述から形成された概念である。その後、経験抽出法 (Experience Sampling Method) によって、多様な人々からデータが収集された (Csikszentmihalyi, 1990 : 4 = 1996 : 5)。以下、フローとはどのような概念なのか、その定義をした上で、フローが生起する条件とゲームとの関係について見ていく。

2.2.1 フロー概念の定義

まず、チクセントミハイによるフロー概念の定義をまとめておこう。

俗にスポーツのプレイヤーが「ゾーンに入る」という言葉で、あるいは神秘主義者たちが「エクスタシー」という言葉で表現する特殊な状態があ

る。普段よりも集中し、すべてが噛み合って苦もなく行動することができ、予想以上の結果がもたらされる。「感じること、望むこと、考えることが調和」しているこのような状態をチクセントミハイはフローと呼んでいる (Csikszentmihalyi, 1997 : 29 = 2010 : 40-41)。チクセントミハイによれば、分野や行動は異なっているとしても、フローを経験した人たちは似通った言葉でこの状態を記述するという (Csikszentmihalyi, 1997 : 29 = 2010 : 41)。その記述に共通する点を、チクセントミハイは以下のようにまとめている。

〔フローとは〕目標を志向し、ルールがあり、自分が適切に振舞っているかどうかについての明確な手掛かりを与えてくれる行為システムの中で、現在立ち向かっている挑戦に自分の能力が適合しているときに生じる感覚である。注意が強く集中しているので、その行為と無関係のことを考えたり、あれこれ悩むことに注意を割かれることはない。自意識は消え、時間の感覚は歪められる。このような経験を生む活動は非常に喜ばしいものなので、人々はそれが困難で危険なものであっても、そこから得られる利益についてはほとんど考えることなく、それ自体のためにその活動を自らすすんで行う (Csikszentmihalyi, 1990 : 71 = 1996 : 91) ([] 内は引用者による)。

フロー状態に入ると、行為者はその行為に通常よりも深く集中する。それは時間を忘れるほどである (Brockmyer et al. が時間の歪みと表現しているものが、これに相当する)。そのとき、彼/彼女らは何もかもうまくいっているような全能感を味わっている。また、フローはとても楽しい経験でもある。そのため、フラストレーションや苦痛からは程遠く、調和が感じられるのである。このように、フローはかなりポジティブな状態であるとチクセントミハイによって規定されている。

2.2.2 フローの条件

では、フローが生起する条件とは何だろうか。

まず、その行為におけるルールと目的がはっきりしていることが重要である。スポーツにおけるルールと目的（たとえばテニスのルールと勝利の条件）、芸術におけるルールと目的（たとえば作曲においてしたがうべき条件や制約と曲の完成という目的）といったように、である（Csikszentmihalyi, 1990 : 72=1996 : 92）。また、フィードバックが直ちにこなわれる必要があるが、ルールや目的が明確であれば、それは容易であろう。さらに、そこでの難易度設定も重要なファクタである。挑戦する課題の難易度と能力とのバランスが取れていなければならない。行為者が挑戦している課題が簡単すぎても難しすぎてもフローを起こすことはできない（Csikszentmihalyi, 1990 : 74-75=1996 : 96）。

チクセントミハイは、フローに付随して能力の成長と創造を副産物として挙げている。ある課題をこなすことができた人が、次にフロー状態に入るためには、より困難な課題に挑戦する必要がある。そうすれば、その課題に挑戦すること自体をやめてしまわない限り、人は能力を高めながら新たな挑戦をしていくことになる。中には、課題をこなすことよりも活動それ自体を自己目的的に楽しむという人も出てくる。これはフローの中で新たな楽しみ方を創造するということである（Csikszentmihalyi, 1990 : 75=1996 : 96）。このように、フローに付随する現象についても、その肯定的側面が強調されていることを指摘しておく。

2.2.3 フローとゲーム

興味深いのは、チクセントミハイがゲームでフローを体験するのは簡単だと主張していることである。それは、ゲームには「行動のための目標とルールがあり、プレイヤーが何をすべきか、どうやってすべきかを疑問に思うことなく行動することを可能にするから」である（Csikszentmihalyi, 1997 : 29=2010 : 41）。上述のフローの条件からも、ゲーム

とフローの親和性は明らかだろう。さらに、余暇よりも仕事の方がゲームに近いと述べられている部分もここで付け加えておきたい。

しばしば見過ごされることは、仕事が一日にするほかの大部分のことよりもゲームに似ているということである。仕事にはふつう、明確な目標と行動のルールがある。営業成績を測って仕事をうまく終えたということを知る形で、または監督者の評価を通して、仕事はフィードバックを与える。仕事はふつう、集中を助け、気を散らすことを防ぐ。仕事はまた、変化に富んだコントロールの量を与える。そして少なくとも理想をいえば、その難しさはワーカーのスキルに釣り合う。このようにして仕事には、フローを与えるほかの本質的にやりがいのある活動——ゲームやスポーツ、音楽、芸術——の構造がある。比較すると、生活の残りのほとんどはこれらの要素に欠けている（Csikszentmihalyi, 1997 : 59=2010 : 81）。

つまり、フローは受動状態では起こらず、行為者の能動的関与を必要とするのである。その意味で仕事のほうが受身的レジャー⁽³⁾よりもゲームに似ていると言える。さらに言えば、ゲームにも受動的にプレイすればクリアできるものと、より能動的なプレイを必要とするものに分けられる可能性がある。この点については3.2で検討することにしてしよう。

3 フロー概念の哲学的分析

以上が提唱者であるチクセントミハイによるフロー概念についての説明である。ここには、自己目的的、調和、意識と身体、能動と受動、楽しさ、創造性といった興味深いキーワードが見出される。これらについてゲームやゲーミフィケーショ

ンと接続する前に、一旦、意識と身体、能動と受動というタームに注目したい。以下はとくに、意識（精神）と身体の関係に注目し、心身二元論の祖とも言うべきデカルトの考察を援用しつつ、フロー概念の理論的側面を補完することを試みる。心身論を援用することによって、他の要素も理論的に整理されていくことであろう。

3.1 遊び (jeux) における心身二元論

3.1.1 情報体 (entité informationnelle) とは何か

私たちはすでにデカルト的二元論を起点として、デジタルゲーム（ビデオゲーム）に限定されない広い意味での遊び (jeux)⁽⁴⁾ と心身二元論の関わり、そしてそこにおける心身の能動と受動について考察した（曾我，山本，MENANT, 2019）。私たちがデカルトの心身論を基盤として独自に作り上げたのが、以下で概観する情報体という概念である。チクセントミハイ自身もカイヨワを参照しながら指摘しているように、遊びはフロー状態を起こしやすい（Csikszentmihalyi, 1990 : 72-74=1996 : 92-94）。ここでは遊びと心身二元論および心身の能動と受動について振り返ったのち、今度はそれらがフローとどのように関わるのかを見ていく。それを踏まえたうえで、フロー状態を生起させるために整えるべき精神と身体の条件について考察していこう。

二元論の祖と言われるデカルトは精神と身体は相互に独立して存在すると言う。心身は各々別のシステムに属して働いていると考えるのである。そのため、精神は身体なしに、身体は精神なしに存在しうる。だがその一方で、心身は緊密に結びついてもいる⁽⁵⁾。同時代および後のデカルトの解釈者たちは、心身の区別と合一をいかにして同時に成り立たせるかという問いに頭を悩ませてきた。だがこの両立についてデカルト自身は矛盾を見出していなかったようである。さて、この矛盾を解決する一つの可能性が情報体という概念の導入である。その詳細な証明をここで展開することはできないが、以下に要点だけまとめておく⁽⁶⁾。

精神と身体は区別されそれぞれ独立に存在するが、それと同時に両者は相互に作用し、その意味で結びついてもいる。精神が身体に対して能動的に働けば身体は受動的となり、身体が精神に能動的に作用すれば精神は受動的となる。注意しなければならないのは、それらが同時に起こりうる、ということである。人間にとっては矛盾としか思われないこのような事態が成立することをデカルトの心身論は示唆している。そして、両者が働き合っている状態（すなわち両者ともに能動であり、受動である状態）を、ここでは敢えてある種の実体を伴った情報体という存在と見なそうとする。この意味において、情報体は何らかの存在でもあり働き（作用）でもある。人間知性にとっては矛盾であるこの定義を保持することが重要である。

情報体概念を援用することによって、以下のようなメリットが得られる。この概念は、精神と身体、あるいは心的作用と事物・物理的支持体という二項目を対立ではなく、両者を区別しつつ相互作用する存在として捉えることができる。また、何らかの事象を作用や働きとしての側面からだけでなく、事物としての側面からも理解することができる。さらに、情報体どうしが関わる多層的な世界を描くことも可能となるのである。

これを遊び（ゲーム）の主体と遊び（ゲーム）の世界を例に図示すれば以下になるだろう。

図-1 において表現されているのは、精神と身体が相互作用しつつ一つの遊びの主体を形成している、すなわち情報体として存在しているということである。逆に、遊びの主体を分析することによって、その主体の精神と身体が相互作用している様子が取り出されるという見方をすることも可能である。一方、遊びの世界に注目することによって、虚構世界と現実世界の相互作用と、それらが一体化した情報体が見出される。

さらに、この遊びの主体（心身を併せ持つ一つの情報体）と遊びの世界（虚構世界と現実世界が

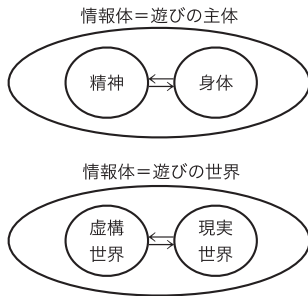


図-1 情報体と遊びの主体/遊びの世界

作用し合う一つの情報体)が相互に作用し合って、遊ぶということが情報体として表現される。これは図-2のように示される。

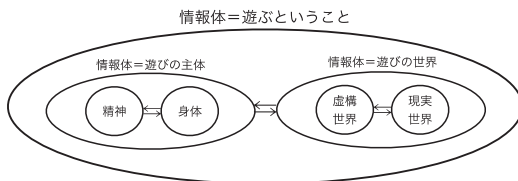


図-2 遊びの主体と遊びの世界の相互作用

それぞれの情報体の中には二項が相互に作用し合って存在している。そして、このような情報体がいくつもネットワークのように繋がりながら複数の遊びの主体や遊びの世界、遊ぶということが並存している。

3.1.2 遊びの情報体

以上のように、二つの事項が区別されつつも合一しているという、一見矛盾しているように思われる事態が成立しうると考えなければ二元論は理解できない。遊び (jeux) の哲学的考察を二元論的に行おうとすれば、遊びの情報体を考えなければならないのである。

遊びの情報体は、遊んだりゲームをプレイしたりする人間の精神と身体から成っている。また、虚構世界 (ゲームの世界) と現実世界 (日常生活, ゲームのルール) からも成っている。ゲームをプレイするときに、精神も身体も、虚構も現実もどちらも蔑ろにできず、どちらもゲームをプレイす

ることに関わっている。むしろこれらをいかに両立させるかが、ゲームの楽しみを左右すると言える。

遊びにおけるこのような情報体を考察した際、私たちは次のような予測を立てた。すなわち、「遊びは身体的な喜びをもたらすが、その喜びを精神がきちんと受け止めることがなければ依存へと突き進んでしまう」(曾我, 山本, MENANT, 2019)。つまり、遊びを身体的な喜びのレベルでとどめておくのではなく、精神のレベルにおいても享受することの重要性を指摘した。しかも、身体においても精神においても単に受動的だけではなく能動的にも楽しまなければならない。

ゲームを例にこの予測について展開すれば以下のようなだろう。精神が身体を統御しようとするならば (たとえばストレス解消であること、気ばらしであることを認識するのであれば), 身体は進んでゲームの喜びを享受する。すなわち、精神も身体も共に受動的であり能動的であれば、ゲームを自己目的的に楽しむことができる。だが、一般的にゲーム、とくにデジタルゲーム (ビデオゲーム) の一部は身体への影響があまりにも大きいため (あまりにも大きい刺激が身体に与えられるため), 精神が引きずられてしまう⁽⁸⁾。あるいは精神は身体に対して僅かな働きかけしかできなくなってしまう。このような状態から、人は依存へと向かうのである。反対に、ゲームに入り込むことを極端に恐れる人は、まさに精神の統御が強い状態を保持しており、身体を必要以上にコントロールしようとするに違いない。このような人は依存に陥る危険はないが、同時にゲームを自由に楽しめないまま終わってしまうだろう (曾我, 山本, MENANT, 2019)。果たして、この哲学的考察から導き出される結論は、心理学的調査あるいは考察にも合致するのであろうか。

3.2 情報体とフロー

以上が遊び (jeux) と心身二元論および情報体についての考察である。この議論はそのままフ

ロー概念へと敷衍することができる。チクセントミハイは、フロー概念を作り上げ、分析するにあたって、多様な要素に言及していた。そのため、興味深く豊かではあるが散漫になることもあったフロー概念を、情報体概念（あるいは心身二元論）は包括的に理論化することができる。

チクセントミハイが調和という言葉で表現したのが、上述の区別と合一の両立の実現である。心身が、あるいは主体と主体を取り巻く世界とが調和するとき、行為そのものに集中して、自己意識が消え、人は楽しさと全能感を味わうことができる。だが、調和が崩れるとき、遊びの主体はフロー状態から滑り落ちる。

情報体概念はその中に区別と合一が含まれている。すなわち、能動と受動、あるいは精神と身体との調和が実現している状態を指している。その意味で、心身が噛み合い、自由にのびのびと能力を発揮していることを実感できるフローを補強する概念である。すでに触れたように、チクセントミハイは受動的レジャーではフローを経験することはできないと述べていたが、この能動と受動の関係を、デジタルゲーム（ビデオゲーム）における具体例とともにさらに考察してみたい。

ゲームには時間と労力（ときにはお金）を費やしさえすればレベルが上がったりアイテムを揃えられたりするもの（あるいは先に進んでいくもの）と、スキルを向上させることによって先に進んでいくものがある。携帯端末で気軽に遊ぶことのできるアプリゲームなどには、前者の色合いが濃いものが見られ、課金を助長する一因ともなっている。

ゲーム研究者のイエスパー・ユールは、前者のような時間と労力をかけてクリアしていくゲームに批判的な人々がいると指摘している。そのような人たちは、ゲームの楽しみは失敗しながらもスキルの向上を目指すところにあるとする（Juul, J., 2013 : 75-81=2015 : 54-58）。すなわち、受動的態度ではゲームを十分に楽しむことができず、ゲームは能動的に関わってこそ楽しく、さらに言

えば能動的関与によってフローへと到達する可能性がひらけるのである。

フローを生み出す条件としてチクセントミハイが能動的関わりを挙げ、ときには苦しい準備期間（たとえば、スポーツや音楽における練習の期間）について言及していたが、ゲームについても同様である。フローはこのように各自の能力とその向上と関連しており、だからこそ、ゲーミフィケーションで重要な役割を果たすのである⁽⁷⁾。

受動的に時間をかけてゲームを進めていくとき、私たちはそれなりの満足を覚えるに違いない。しかしそのようなゲームは、私たちにすぐに新たな欠如感を与え（次のステージが間髪入れず始まる）、飢餓状態に置かれる。ここには自分の能力の向上や内発的動機づけはないため、達成感は得られない。

一方、そのゲーム特有のスキルや能力が必要とされるゲームは、自分の能力が向上するという喜びをプレイヤーにもたらす。それは競争や報酬からは無関係の喜びである。したがって、何らかの課題や乗り越えるべき障壁が課せられた場合、失敗を繰り返しながらも、徐々にスキルをアップして成功を目指すことができる。成功した場合に得られる満足あるいは達成感は、前者のようなゲームとは比較にならないだろう。

さらに言えば、後者のゲームの達成感は充足感である。そこには（一時的であっても）欠如がなく、飢餓状態からは程遠い。これがフローと同化を分ける鍵である。

4 フローと同化

4.1 フローの特殊性

以上の考察を踏まえると、果たしてフローの先に同化があるのかという疑問が生じてくる。なぜなら、フローを生起させる条件は、同化を生起させる条件とは異質であり、同じように没入しているように見えても、その内実は異なっているから

である。フローは非常に特異な経験であり、生起のためにはいくつかの条件を満たす必要があり、その特殊な時間はそれほど長く続くものではない。したがって、フローと同化とは、同じようにゲームの没入感を形成する要素であるとしても、質的に異なる概念だとするべきである。

フローはある意味、それによって「満足」をもたらす状態である。フロー状態から一旦滑り落ちても、フローを味わった記憶は残るため、私たちはフローを再度目指す。ただし、矛盾に思われる表現かもしれないが、フローが第一目的であってはいらない。なぜなら、この体験は自己目的であるのだから、フロー状態を経験しようとして始めたとしても、その出発点が消え去ることによってしか、フロー状態が成立しないからである。心身の調和を目指し、条件を整えることは、フロー状態への到達を必ずしも約束しない。

一方、同化において、プレイヤーはその状態に入り込んでおり、入り込んでいる自身の主体を見失っている。ゲームをプレイするモチベーションは、フローのような高みを目指すというよりも、フラストレーションの解消や満たされない飢餓感を埋め合わせるためである。そのため、情報体が生み出されることはなく、たとえば、ゲームの中で一定の快楽を得たとしても、すぐに飢餓感に襲われ、決して満足することはない。それは、精神か身体のどちらかが（あるいは両方が）過剰であり（あるいは欠如しており）、調和を欠いているからである。Brockmyerらが同化の先に依存状態を置いたことがここからもわかるだろう。

4.2 心理学的尺度の再考

以上の考察を踏まえ、再度、GEQを検討してみよう。日本における調査ではフローを示す因子の質問票は以下のとおりであった。

「ゲームプレイ中に、もし誰かが私に話しかけても聞こえない」

「ゲームのプレイ中に、誰かが話しかけても反

応しない」

この質問は、ゲームプレイ中の集中の度合いや没入などを尋ねるものであり、それらはたしかにフローの一側面ではある。しかしながら、これが特別にチクセントミハイの提唱した意味での「フロー」を測定する問いとして十分であるかは問われてよい。

一方、原論文ではフローについてさらに多くの質問が割かれていた。

「ゲームのプレイ中に、疲れてきたと言うことができない」

「ゲームのプレイを止めることができないように感じる」

この質問もフロー状態においてプレイヤーが全能感を覚えている、あるいは極度に集中しているという記述の一面を表しているということではできない。しかしながら、フローの自己目的側面や楽しさ、心身の調和、難易度と能力が絶妙のバランスで噛み合って得られる満足などを捉えきれていないのではないか。これらの質問項目にはフロー概念で重視されている精神と身体が噛み合って働く（哲学的に言うならば精神の身体の能動と受動が同時に働く）恍惚とした楽しさや苦しみや練習を乗り越えて到達する喜びが反映されていない。

一方、同化に関する質問票は以下のとおりである。

「ゲームのプレイ中に恐れを感じる」

「ゲームのプレイ中は、今自身がどこにいるか分からなくなってしまう」

「ゲームのプレイ中は、時間が止まっているように感じる」

これらは心身ともにゲームのプレイとゲーム世界に入り込んでいる様子を明らかにしようとする質問となっており、まさに「同化」を表していると言える。だが、上のような事態はフローにおいては生起しえないのか、という疑問はありうる。たとえば「時間」についての感覚が歪むという点は、フローの特性であると言われていたが、同化についてそれが問われるのであれば、そもそも「同

化」と「フロー」の差異が明確にされていないのではないだろうか。

ただし、英語版GEQはそもそも、暴力的ゲーム（具体的に言えば、FPSとして有名なCall of Dutyシリーズ）を念頭に作成され、12-15歳の中学生を対象に調査がおこなわれた。私たちの調査とは対象が異なっていたことは指摘しておかなければならない。しかし、フローという言葉は用いられているものの、チクセントミハイの概念を網羅的に捉えたうえで尺度を作成しているわけではない。そうだとすれば、もともとのGEQそれ自体を見直すところから始める必要がある。いやむしろ、ゲーミフィケーションの必要条件を探索しようとするのであれば、むしろ同化とフローの差異、あるいは同化の先にある依存とフローとの差異を明らかにしなければならない。そのためには、ゲームにおける新たなフロー尺度を作成する必要がある。

4.3 フローにおける楽しさを測定する

ゲームの楽しさの測定は様々な側面からなされる。2019年に発表されたGameful Experience Questionnaire (GAMEFULQUEST) (Högberg et al., 2019) では“gameful”に関して7つのテーマが提起されている。すなわち、accomplishment, challenge, competition, guided, immersion, playfulness, social experienceである。「このゲームは楽しい」といった表現によって私たちは何かを理解したように感じるが、その楽しさを分析する観点は多様である。

この中で私たちにとって興味深いのは“playfulness”の概念である。この論文の中では楽しさの重要な要素は「想像や創造の余地があること」「自発性」とされている。ここにはまさに「能動性」を見出すことができる。私たちが能動的に関わるからこそ「想像や創造の余地」が評価されるし、能動性の一つの形として自発性を理解することができる。これらはフローにも見出さ

れる要素である。

5 おわりに

フローと同化の関係をどのように捉えるべきか、心理学的調査からは二通りの解釈がありえた。一つは、フローの先に同化があり、同化はより没入した状態であって、この状態がさらに進むと依存へと到るというものである。もう一つは、フローも同化もそれぞれ没入の一側面を表しているが、独立した因子であるという解釈である。

哲学的分析を経て、フローの独自性が明確になった。フローは特異な状態であり、他の没頭や空間的存在感と比較しても、ポジティブな要素が強い。フローを生起させる具体的な条件をゲームや学習の中で明らかにすることができれば、ゲームの活用へと一歩近づくことだろう。

そうだとすれば、今後は同化概念（あるいは依存状態）を哲学的に分析し、依存のメカニズムを明らかにしたうえで、ゲーミフィケーションを進めていくうえで避けるべき状態や求められる条件について検討する必要がある。ゲームを活用するために、依存と同化を分けるもの、あるいは同化とフローを分けるものについてのさらなる調査と考察が求められる。

注

- (1) 2018年にWHOがゲーム依存を「障害」と認定し、国際疾病分類に加えると発表している。WHO公式サイトにはゲーム障害 (Gaming disorder) についての記述がある。<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/addictive-behaviours-gaming-disorder> (2023年3月1日取得)
- (2) われわれは英語版GEQの日本語版を作成し調査をおこなった。そこでは因子分析的な検討から、これら四概念を独立した因子とし、その存在を確認している (山本・曾

我・MENANT, 2021)。

- (3) たとえば、小山内秀和は主に読書体験による「物語」への没入について心理学的観点から詳細に分析している(小山内, 2017)。また、小山内自身は没入の訳語として immersion を用いている(小山内, 2017: 10)。小山内は物語に没入しやすい特性と没入している状態を区別し、各々の分析を試みているが(小山内, 2017)、私たちは没入感によって「没入している状態」について考察していく。
- (4) チクセントミハイは、1997年時点で受身的レジャーの例としてテレビの視聴を挙げているが、現在ならばスマホでの受動的な動画視聴や惰性的なSNS使用がそれに相当するであろう。
- (5) ここでフランス語の「jeux」を付記したのは、この語には「遊び」と「ゲーム」の二つが含意されるからであり、その方が事態をより正確に表している場合が少なくないからである。
- (6) 詳しくはデカルトの『省察』を参照のこと。とりわけ「第六省察」は「物体的事物の存在、および精神と身体との実在的区別について」がテーマである。ただし、そこでは心身の「区別」だけではなく「合一」についても論じられていることを強調しておく。
- (7) 詳しくは拙著『情報体の哲学』を参照のこと。とくに第一章において二元論の再考と心身の区別と合一の両立について論じている。
- (8) ここで想定されているのは、スキルの向上というよりも時間つぶしを主眼とした一部のアプリゲームである。とりわけ「ルートボックス」(いわゆるガチャ)というシステムを備えたゲームは課金助長の原因となっている(横光他, 2023)。当然のことながら、これらがストレスや不安の解消に役立つという場面はありうる(Pine et al., 2020)。

しかし、一方でやめたくてもやめられない依存症を生み出していることもまた確かである。ゲームの功罪について詳しくは「ゲーム行動の重症化予防に関する研究動向: 多様なプレイスタイルを踏まえた臨床心理学的考察」(横光他, 2023)を参照のこと。また、上述のようなゲームとは逆に、精神と身体的能力を十分に発揮してプレイするようなゲームについては注(9)を参照のこと。

- (9) (8)で言及したようなゲームに対し、スキルを向上させたり解決策を探求したりすることによって、精神と身体とを能動的に働かせプレイすることのできるゲームもある。たとえばeスポーツのようにチームメンバーとコミュニケーションしつつプレイし、しかも見事なプレイが実現されるとき、苦しい練習期間を経たからこそ得られる喜びがあるだろう。
- (10) 一方で、ゲームをプレイしている間にプレイヤーが常にフロー状態にあるわけではないことは指摘しておく必要がある。ゲームの楽しさとフローが単純に結びつけられ、その点のみが強調されることは、ゲームプレイの間に私たちが感じる苛立ちや悔しさ、ここで述べたような準備期間の苦しさを見えなくしてしまう怖れがある。たとえばSodermanはフロー概念がゲーム研究に導入された際にゆがめられた点があると指摘しつつ、デジタルゲームが楽しさの側面のみを求めるよう設計されており、批判的な姿勢(とりわけゲームを俯瞰的に批判する姿勢)を育てないと主張している(Soderman, 2021)。

参考文献

- Brockmyer, J. et al. (2009) The Development of the Game Engagement Questionnaire: A

- Measure of Engagement in Video Game-Playing. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45, pp.624-634.
- Csikszentmihalyi, M. (1990) *Flow: The Psychology of Optimal Experience*, Harper Perennial Modern Classics, 303p. 今村浩明訳 (1996), 『フロー体験 喜びの現象学』世界思想社, 360p.
- (1997) *Finding Flow: The Psychology of Engagement with Everyday Life*, Basic Books, 181p. 大森弘監訳 (2010), 『フロー体験入門』世界思想社, 244p.
- Descartes, R. (1641) *Meditationes de prima philosophia*
- Högberg et al. (2019) Gameful Experience Questionnaire (GAMEFULQUEST): An Instrument for Measuring the Perceived Gamefulness of System Use. *User Modeling and User-Adapted Interaction*, 29, pp.619-660.
- Juul, J. (2013) *The Art of Failure: An Essay on the Pain of Playing Video Games*, 157p. Bスプラウト訳 (2015), 『しかめっ面にさせるゲームは成功する』ポーンデジタル, 115p.
- 小山内秀和 (2017) 『物語世界への没入体験』京都大学学術出版会, 184p.
- Soderman, B. (2021) *Against Flow: Video Games and the Flowing Subject*, The MIT Press, 328p.
- 曾我千亜紀 (2017) 『情報体の哲学』ナカニシヤ出版, 307p.
- 曾我千亜紀・山本晃輔・MENANT Julien (2019) 「人間にとってゲームとは何か：真面目に遊ぶことの哲学」『大阪産業大学人間環境論集』第18号, pp.49-63.
- 山本晃輔・曾我千亜紀・MENANT Julien (2021) 「日本語版ゲーム没入感尺度 (GEQ) の信頼性および妥当性の検討」『パーソナリティ研究』第29巻, 第3号, pp.187-190.
- 横光健吾・入江智也・新川広樹・田中勝則・山本晃輔 (2023) 「ゲーム行動の重症化予防に関する研究動向：多様なプレイスタイルを踏まえた臨床心理学的考察」『臨床心理学研究』第23巻, 第3号, pp.339-348.

謝辞

本研究は、JSPS科研費20K03166の助成を受けたものです。

社会情報学会 「社会情報学」投稿要綱

(目的)

第1 本学会誌は、社会情報学にかかわる諸問題の研究および応用を促進し、社会情報学の確立と発展に寄与するため、独創的な成果を公表することをその主たる目的とする。

(投稿者の資格)

第2 和文誌の投稿者は、単著の場合は学会員に限る。共著の場合は、筆頭著者が学会員でなければならない。

(投稿原稿)

第3 投稿原稿については、以下の通りとする。

- (1) 投稿原稿の種類は、原著論文、研究、展望・ノートとする。
- (2) 投稿原稿は、オンラインにより、著者の氏名、所属、およびそれらを判別可能な情報を除いた査読用原稿ファイルを提出する。
- (3) 投稿原稿は、題材および内容が本学会誌の目的に合致するものでなければならない。
- (4) 投稿原稿作成にあたっては、社会情報学会「社会情報学」執筆要領に従うこと。原著論文以外の原稿についても、その記述方式は、原則として執筆要領に準ずるものとする。また、審査の結果により修正原稿を提出する場合も、執筆要領に従うこととする。
- (5) 投稿原稿は、本学会の主催、共催する学会大会、シンポジウム、講演会、研究会、分科会等（以下、「学会大会等」）で公表したものが望ましい。学会大会等で公表した原稿を投稿する場合、それらの場で発表済であることを明記することが望ましい。
- (6) すでに、他学会の雑誌論文等に投稿したものの、単行図書・単行図書所収論文・博士論文またはその一部をそのまま投稿してはな

らない。本学会に投稿した投稿原稿は、不採択の場合を除き、他学会等へ投稿してはならない。

- (7) 前項の規定にかかわらず、ディスカッションペーパー、ワーキングペーパーとして公開済の論文およびプレ・プリントサーバ上で公開済の論文（以下、「ディスカッションペーパー等」）を投稿する場合は、以下の条件をすべて満たす場合に投稿を受け付ける。
 - a. 投稿時の投稿者からの申し出にもとづき、学会誌編集委員会が公開済の論文をディスカッションペーパー等として認めている。
 - b. 投稿原稿の文中にディスカッションペーパー等について明記されている。
 - c. 本学会における学会誌掲載論文等の著作権の取り扱い規程（本要綱第11）について、ディスカッションペーパー等の発行元が了解している。
 - d. 本学会誌に投稿原稿が掲載された場合には、ディスカッションペーパー等の公開を中止するか、またはディスカッションペーパー等の最終版が本学会誌の掲載論文であることをディスカッションペーパー等の読者が判別できるように明記することを投稿者が確約している。
- (8) 投稿原稿中で使用する画像等について著作権等の各種権利について確認し、本学会における学会誌掲載論文等の著作権の取り扱い規程（本要綱第11）の内容を含めて、必要となる著作権者等の許諾を得る。
- (9) 審査により不採択となった原稿または投稿を取り下げた原稿の著者は、審査結果の通知後または投稿取り下げ後の1ヶ月の期間は、新たな投稿はできない。

(投稿手続き)

第4 投稿希望者は、本学会ホームページ上で指定された投稿サイトに、必要事項を記入の上、原稿を投稿する。

(投稿原稿の受付)

第5 原稿は随時、投稿できる。学会誌編集委員会に到着した原稿は、受付が行われた後、査読の手続きがとられる。ただし、投稿原稿の題材および内容が、本学会誌の目的である社会情報学にかかわる諸問題に関する学術的新規性を判断できる研究の範囲外であると判断された場合、および投稿原稿の記述方式が執筆要領を逸脱している場合は、投稿原稿を受け付けない。

(投稿原稿の審査)

第6 投稿原稿の審査については、以下の通りとする。

- (1) 原著論文と研究は、複数の査読者によって審査される。審査は投稿原稿受付後、可及的速やかに行うものとする。審査の結果、投稿原稿の内容修正を著者に要請することがある。その場合、再提出の期限は原則として1カ月以内とする。
- (2) 展望・ノートは、学会誌編集委員会が閲読し、必要に応じて著者に修正を求めた上で、学会誌編集委員会で採否を決定する。

(投稿原稿の掲載)

第7 投稿原稿の掲載については、以下の通りとする。

- (1) 投稿原稿の掲載は、学会誌編集委員会が決定する。
- (2) 投稿原稿の受付日は、学会誌編集委員会が当該投稿原稿を受け付けた日とする。また、受理日は、学会誌編集委員会が当該投稿原稿の採択を決定した日とする。

(受理された投稿原稿の版下の作成)

第8 投稿者は、受理された投稿原稿について、所定の書式にて版下を作成し、提出するものとする。

(受理された投稿原稿の校正)

第9 受理された投稿原稿の著者による校正は和文誌については初校のみとし、英文誌については2回校正とする。なお、訂正範囲は原稿と異なる字句の訂正のみに限定される。

(原著論文等の別刷り)

第10 原著論文等の別刷り(50部単位)は、著者の希望により作成する。その料金は、実費とする。なお、別刷り料金の請求は、学会誌編集委員会の依頼により学会事務局が行う。

(著作権)

第11 著作権については、以下の通りとする。

- (1) 掲載された原著論文等の著作権は、原則として本学会に帰属する。特別な事情により本学会に帰属することが困難な場合には、申し出により著者と本学会との間で協議の上、措置する。
- (2) 著作権に関し問題が発生した場合は、著者の責任において処理する。
- (3) 著作者人格権は、著者に帰属する。著者が、自分の原著論文等を複製、転載などの形で利用することは自由である。転載の場合、著者は、その旨本学会に書面をもって通知し、掲載先には出典を明記すること。

(要綱の運用)

第12 この要綱に定めのない事項については、学会誌編集委員会の所掌事項に属することに関しては、学会誌編集委員会が決するものとする。

(要綱の改正)

第13 この要綱の改正は、学会誌編集委員会の議を経て、学会誌編集委員長が行う。

付 則

この要綱は、2012年4月1日より実施する。

付 則

この要綱（改正）は、2014年4月1日に遡及して施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2014年7月1日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2014年9月1日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2015年2月20日に遡及して施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2016年9月11日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2019年3月21日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2019年9月15日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2020年10月17日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2021年4月1日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2021年7月11日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2022年3月26日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2022年5月16日より施行する。

社会情報学会 「社会情報学」執筆要領

1. 原稿言語は和文とする。
2. 原稿の書式
 - (1) 原稿は横書きとする。
 - (2) 和文原稿では、新仮名遣いと常用漢字を用い、平易な口語体で記す。句読点として、。を用いる。
 - (3) 和文原稿では、刷り上がりイメージと同様のフォーマット (A4判, 1行22文字×38行, 2段組み, 12ポイント) にて作成する。
3. 分量
 - (1) 原著論文, 研究については, 刷り上がり14ページ (20,000字程度, ただし図, 表, 注, 参考文献などを含む) 以内とする。
 - (2) 展望・ノートについては7ページ (10,000字程度, ただし図, 表, 注, 参考文献などを含む) 以内とする。
 - (3) 審査の結果により修正原稿を提出する場合も, 原著論文, 研究については, 刷り上がり14ページ (20,000字程度, ただし図, 表, 注, 参考文献などを含む) 以内, 展望・ノートについては7ページ (10,000字程度, ただし図, 表, 注, 参考文献などを含む) 以内とする。
4. 原稿の体裁

投稿原稿のうち, 原著論文, 研究は, 以下の体裁によるものとし, 展望・ノートについては, 以下に準ずるものとする。

 - (1) 原稿の1枚目および2枚目には, 原稿のタイトル, 要約ならびにキーワードを記述する。要約は原稿全体の内容をレビューしたもので, 日本語600字, 英語250ワード程度とする。また, キーワードは原稿全体の内容の特徴を表す用語のことであって, 日本語, 英語とも, その数は5つ程度とする。なお, 原稿の1～2枚目は分量に含めない。
 - (2) 原稿の本文は3枚目から開始し, それを1ページ目として, 以下通し番号を付す。本文後の謝辞, 注, 参考文献, 付録, 図表 (巻末に掲載する場合) をこの順に続ける。なお, 本文や謝辞等において著者が特定できる記述は避ける。
 - (3) 原稿本文は, 序論 (はじめに, など), 本論, 結論 (結び, など) の順に記述する。本論については, 章, 節, 項の区別を明確にし, それぞれ「1」, 「1.3」, 「1.3.2」のように番号をつける。
 - (4) 人名は, 原則として原語で表記する。ただし, 広く知られているもの, また印字が困難なものについては, この限りではない。
5. 図・表 (写真も含む)
 - (1) 図・表には, それぞれについて「図-1」, 「表-1」のように通し番号をつけ, また表題をつける。
 - (2) 図・表は本文中の該当箇所に埋め込むことが望ましい。該当箇所に埋め込むことが難しい大きな図・表の場合は, 巻末に埋め込む。ただし, 掲載決定後の最終稿の提出時には, 図・表の元ファイルを本文とあわせて提出する。
 - (3) 図・表を本文中に埋め込むのが困難な場合は, 本文中に挿入希望箇所を明記し, 図・表は1ページに1個ずつ, 挿入指定のあるページ番号を付けて描き, 原稿の最後にまとめる。大ききの指定がある場合にはそれを明記する。
 - (4) 図・表の作成に使用した資料・文献は必ず明記する。
 - (5) 図・表は実際に印刷される大きさに配慮した内容・記述にする。
6. 注

注を使用する場合は、一連番号を参考箇所右肩に小さく（１）（２）と書き、本文末尾に注釈文をまとめる。

7. 参考文献

- （１）参考文献を適切に引用し、本研究の位置づけを明確にする。参考文献の引用は以下の例に従って、著者の姓、発表年を書く。

例：鈴木（1986）は……，
伊藤（1986a）によれば……，
……が証明されている（鈴木・伊藤，1985）。
Tanaka et al. (1983) は、……。

- （２）本文中で参照した文献は、以下の例に従って、本文末尾に参考文献表としてまとめる。参考文献表は、著者のアルファベット順、年代順に記す。同一著者の同一年代の文献は、引用順にa, b, c……を付して並べる。

例：鈴木一郎（1986a）「社会と情報」、『社会情報』1，pp.14-23.
鈴木一郎（1986b）『情報論』社会書房，240p.
Winston, P. (1981) Social Planning and Information, *Social Information Science* 6，pp.116-125.
Yamada, S. et al. (1986) *Intelligent Building*, Academic Press, New York, 445p.
山本太郎（1985）「社会情報に関する研究」、『社会情報』2，pp.32-40.
山本太郎・鈴木一郎（1985）『社会情報学』社会書房，270p.

- （３）インターネット上に置かれた文献は、前各号に準拠すると共に、参考文献の記述は、著者名、発行年、タイトル、URL、訪問日付の順に記述する。なおURLにはハイフネーションを用いない。また、その文献のハードコピーは著者の責任に置いて保管するものとする。

例：鈴木一郎（1996）「社会と情報」，
<<http://www.abc.ac.jp/Social/abc.html>>
Accessed 1997, April 29
Winston, P. (1981) Social Planning,
<<http://www.abc.edu/Social/abc.html>>
Accessed 1997, April 29

8. その他疑義のある場合は、通常広く認められている書式を使用する。

9. 著作権等の権利の確認

原稿中で使用する画像等については、著作権等の各種権利について確認し、本学会における学会誌掲載論文等の著作権の取り扱い規程（「投稿要綱」第11）の内容を含めて、必要となる著作権者等の許諾を得る。

10. 査読用原稿ファイル

投稿の際に提出する査読用原稿ファイルは、投稿原稿の原本ファイルより、著者の氏名、所属、およびそれらを判別可能な情報を除いたものとする。

著者の氏名、所属などが判別可能な情報の例：「拙著『〇〇』で論じたように…」

「本論文は科研費（研究代表者：△△）による共同研究の一部である」

「本調査は、著者が所属する◇◇大学の学生を対象にした」

11. 要領の改正

この要領の改正は、学会誌編集委員会の議を経て、学会誌編集委員長が行う。

付 則

この要領は、2012年4月1日より実施する。

付 則

この要領（改正）は、2014年9月21日より施行する。

付 則

この要領（改正）は、2015年2月20日に遡及して施行する。

付 則

この要領（改正）は、2019年9月15日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2021年10月30日に遡及して施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2020年10月17日より施行する。

付 則

この要綱（改正）は、2022年5月16日より施行する。

編集後記

本号には、原著論文2本を掲載することとなりました。今回、発行が遅れましたことをおわびいたします。投稿していただきました皆様、どうもありがとうございました。また、ご多忙の中、査読をご担当いただきました先生方には、改めて御礼申し上げます。引き続き積極的な投稿をよろしくお願いいたします。

(学会誌編集委員・第13巻2号・編集担当：杉原名穂子)

学会誌編集委員会

委員長	伊藤 賢一 (群馬大学)	澤岡 詩野 (ダイヤ高齢社会研究財団)
副委員長	河井 孝仁 (東海大学)	杉原名穂子 (新潟大学・編集担当)
	天野美穂子 (東京家政大学)	竹村 朋子 (立命館大学)
	猪原 健弘 (東京工業大学)	田代 光輝 (中央大学)
	岩井 淳 (群馬大学)	谷原 史 (立命館大学・副編集長)
	浦田 真由 (名古屋大学)	種村 剛 (北海道大学)
	大野 志郎 (東京大学・編集長)	田畑 暁生 (神戸大学)
	岡本 香 (東京福祉大学)	根村 直美 (日本大学)
	菊野 正美 (近畿大学)	林田真心子 (福岡女学院大学)
	河井 大介 (青山学院大学)	平田 知久 (群馬大学)
	岸川 善紀 (宇部工業高等専門学校)	藤本 吉則 (尚絅学院大学)
	北村 智 (東京経済大学)	本田 正美 (関東学院大学)
	木本 玲一 (相模女子大学)	溝口 佑爾 (関西大学)
	久保田茂裕 (東北文化学園大学)	森川 俊生 (江戸川大学)
	駒橋 恵子 (東京経済大学)	山口 真一 (国際大学)
	境 真良 (情報経営イノベーション専門職大学・副編集長)	渡部 春佳 (中央大学)

社会情報学 第13巻2号

2024年12月31日発行

発行 一般社団法人 社会情報学会
〒113-0001 東京都文京区白山1-13-7
アクア白山ビル5F 勝美印刷(株)内
一般社団法人 社会情報学会 事務局
TEL 03-3812-5223/FAX 03-3816-1561

編集 社会情報学会学会誌編集委員会
製作 勝美印刷株式会社

Socio-Informatics

2024 Vol.13 No.2

【Original Articles】

Quantitative and Qualitative Examination of the Relationship between University Students' Mental Health and Social Media Use During the COVID-19 Pandemic

Ai FUKUZAWA, Shaoyu YE

A Philosophical Analysis of the Game Engagement Questionnaire:
Reconsidering the Flow Concept

Chiaki SOGA, Kohsuke YAMAMOTO, Julien MENANT, Yannick DEPLAEDT



The Society of Socio-Informatics